

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie											
DZIAŁ ŻYWIENIA											
poniedziałek 30 września 2024											
DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa)		Dieta Niskotłuszczowa / Niskocholesterolowa		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta ubogoresztkowa		Dieta rozdrobniona		
I	SNIADANIE	Makaron na mleku 300ml *gluten/*soja/*mleko/	300g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Makaron na mleku 300ml *gluten/*soja/*mleko/	300g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g
		Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Pasta z polędwicy sopockiej 60g *jaja/*soja/*gorczyca/	60g
		Polędwica sopocka 30g *soja/	30g	Jajko gotowane 2 szt. *jaja/	140g	Polędwica sopocka 30g *soja/	30g	Pasta z białek jaj z jogurtem *jaja/*mleko/	100g	Pasta z białek jaj z jogurtem *jaja/*mleko/	100g
		Jajko gotowane 2 szt. *jaja/	140g	Polędwica sopocka 30g *soja/	30g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g
		Pomidor 100g	100g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 100g	100g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	masło 10g *mleko/	10g
		masło 10g *mleko/	10g	Papryka 50g	50g	Margaryna miękka kubkowa	10g	masło 10g *mleko/	10g	Herbata z cytryną	250g
		Herbata z cytryną	250g	masło 10g *mleko/	10g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g		
				Herbata z cytryną	250g						
II				Kefir szt. *mleko/	200g	Kefir szt. *mleko/	200g			Kefir szt. *mleko/	200g
OBIAD		Zupa pomidorowa z ryżem 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml *mleko/*seler/	350g
		Stek pieczony 100g *gluten/*jaja/*gorczyca/	100g	Stek pieczony z cebulką 100g *gluten/*jaja/*gorczyca/	100g	Stek pieczony 100g *gluten/*jaja/*gorczyca/	100g	Stek pieczony 100g *gluten/*jaja/*gorczyca/	100g	Stek pieczony 100g *gluten/*jaja/*gorczyca/	100g
		Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Ziemniaki gotowane puree 180g	180g	Ziemniaki gotowane puree 180g	180g
		Gotowane warzywa 150g *seler/	150g	Surówka z zielonym ogórkiem 150g *mleko/	150g	Surówka z zielonym ogórkiem 150g *mleko/	150g	Gotowane warzywa 150g *seler/	150g	Gotowane warzywa 150g *seler/	150g
		Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g
KOLACJA	I	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/	80g
		Pieczeń z indykiem 60g *gluten/	60g	Pieczeń z indykiem 60g *gluten/	60g	Pieczeń z indykiem 60g *gluten/	60g	Pieczeń z indykiem 60g *gluten/	60g	Pasta z pieczeni z indyka 60g *gluten/*jaja/*gorczyca/	60g
		Pomidor 50g	50g	Ogórek kiszony 60g	60g	Pomidor 50g	50g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g
		Rukola 20g	20g	Rukola 20g	20g	Rukola 20g	20g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
		masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Herbata miętowa	250g	Herbata miętowa	250g
		Herbata miętowa	250g	Herbata miętowa	250g	Herbata miętowa	250g				
II		Mus owocowy 1szt.	100g	Kanapka razowa z polędwicą sopocką 1 szt. *gluten/*soja/	80g	Kanapka razowa z polędwicą sopocką 1 szt. *gluten/*soja/	80g	Mus owocowy 1szt.	100g	Mus owocowy 1szt.	100g
		kcal	Energia 2145,63	Energia 2148,09	Energia 2102,28	Energia 2224,88	Energia 2128				
		g	Białko 113,147	Białko 118,312	Białko 124,542	Białko 126,547	Białko 114,13				
		g	Tłuszcz 88,322	Tłuszcz 86,087	Tłuszcz 75,712	Tłuszcz 88,667	Tłuszcz 95,912				
		g	Kwasy Nasycone 28,0382	Kwasy Nasycone 30,1732	Kwasy Nasycone 16,3382	Kwasy Nasycone 27,8982	Kwasy Nasycone 27,278				
		g	Węglowodany ogółem 224,638	Węglowodany ogółem 221,505	Węglowodany ogółem 232,028	Węglowodany ogółem 227,888	Węglowodany ogółem 200,27				
		g	W tym cukry 25,7092	W tym cukry 19,8292	W tym cukry 17,3542	W tym cukry 31,5542	W tym cukry 38,939				
		g	Błonnik pokarmowy 22,5535	Błonnik pokarmowy 29,3785	Błonnik pokarmowy 21,2235	Błonnik pokarmowy 25,5235	Błonnik pokarmowy 24,158				
		mg	Sód 1605,78	Sód 2179,06	Sód 2062,36	Sód 1478,08	Sód 1887,4				

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. 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 jadospisie 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.
 Jadospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie
DZIAŁ ŻYWIENIA
wtorek 01 października 2024

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

	kcal	Energia	1953,87	Energia	2049,37	Energia	2088,07	Energia	2054,88	Energia	2124,5
g	Białko	116,873	Białko	130,803	Białko	134,413	Białko	126,029	Białko	142,62	
g	Tłuszcz	57,058	Tłuszcz	73,053	Tłuszcz	72,768	Tłuszcz	60,495	Tłuszcz	78,845	
g	Kwasy Nasycone	16,5982	Kwasy Nasycone	6,5192	Kwasy Nasycone	6,5382	Kwasy Nasycone	16,8632	Kwasy Nasycone	16,721	
g	Węglowodany ogółem	240,307	Węglowodany ogółem	245,217	Węglowodany ogółem	259,812	Węglowodany ogółem	249,605	Węglowodany ogółem	244,59	
g	W tym cukry	29,091	W tym cukry	21,076	W tym cukry	19,761	W tym cukry	33,036	W tym cukry	40,151	
g	Błonnik pokarmowy	27,765	Błonnik pokarmowy	37,57	Błonnik pokarmowy	25,925	Błonnik pokarmowy	30,709	Błonnik pokarmowy	31,48	
mg	Sód	1435,12	Sód	1470,12	Sód	1511,22	Sód	1449,62	Sód	1452,4	

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 jadospisie 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.
 Jadospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie
DZIAŁ ŻYWIENIA
środa 02 października 2024

DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa)		Dieta Niskotłuszczowa / Niskocholesterolowa		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta ubogoresztkowa		Dieta rozdrobniona		
I	SNIADANIE	Płatki jęczmienne na mleku 300ml *mleko/	300g	Kefir szt. *mleko/	200g	Serek wiejski 1 szt.	200g	Płatki jęczmienne na mleku 300ml *mleko/	300g	Płatki jęczmienne na mleku 300ml *mleko/	300g
		Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g
		Paszтет drobiowy 100g *gluten/*jaja/*soja/*mleko/*seler/	100g	Paszтет drobiowy 100g *gluten/*jaja/*soja/*mleko/*seler/	100g	Paszтет drobiowy 100g *gluten/*jaja/*soja/*mleko/*seler/	100g	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g	Paszтет drobiowy 100g *gluten/*jaja/*soja/*mleko/*seler/	100g
		Mix sałat z pomidorkami i oliwą smakową	60g	Mix sałat z pomidorkami i oliwą smakową d/c	60g	Mix sałat z pomidorkami i oliwą smakową	60g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g	Marchewka 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 z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g
II				Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g			Kefir szt. *mleko/	200g
OBIAD		Rosół z zacierką 350ml *gluten/*jaja/*seler/	350g	Rosół z zacierką 350ml *gluten/*jaja/*seler/	350g	Rosół z zacierką 350ml *gluten/*jaja/*seler/	350g	Rosół z zacierką 350ml *gluten/*jaja/*seler/	350g	Rosół z zacierką 350ml *gluten/*jaja/*seler/	350g
		A'la gołąbek z mięsa i kapusty pekińskiej *jaja/	250g	A'la gołąbek z mięsa i kapusty pekińskiej *jaja/	250g	A'la gołąbek z mięsa i kapusty pekińskiej *jaja/	250g	A'la gołąbek z mięsa i kapusty pekińskiej *jaja/	250g	A'la gołąbek z mięsa i kapusty pekińskiej *jaja/	250g
		Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Sos pomidorowy 80g *gluten/*mleko/*seler/	80g	Sos pomidorowy 80g *gluten/*mleko/*seler/	80g	Sos pomidorowy 80g *gluten/*mleko/*seler/	80g
		Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Ziemniaki gotowane puree 180g	180g	Ziemniaki gotowane puree 180g	180g
						Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g
Podwieczorek						Kanapka pszenna z serkiem śmietankowym 1 szt. *gluten/*mleko/	80g				
I	KOLACJA	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/	80g
		Pasta z jaj *jaja/*mleko/*gorczyca/	100g	Pasta z jaj ze szpinakiem *jaja/*mleko/*gorczyca/	100g	Pasta z białek jaj z jogurtem *jaja/*mleko/	100g	Pasta z jaj *jaja/*mleko/*gorczyca/	100g	Pasta z jaj *jaja/*mleko/*gorczyca/	100g
		Pomidor 100g	100g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 100g	100g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g
		masło 10g *mleko/	10g	Papryka 50g	50g	Margaryna miękka kubkowa	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	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 razowa z serem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g	Kanapka pszenna z twarogiem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g	Mus owocowo-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g	Mus owocowo-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g

kcal	Energia	2238,26	Energia	2297,69	Energia	2598,29	Energia	2155,14	Energia	2311,6
g	Białko	116,018	Białko	122,724	Białko	156,739	Białko	123,774	Białko	123,27
g	Tłuszcz	85,246	Tłuszcz	87,224	Tłuszcz	88,734	Tłuszcz	71,534	Tłuszcz	85,309
g	Kwasy Nasycone	30,9622	Kwasy Nasycone	22,5957	Kwasy Nasycone	15,5722	Kwasy Nasycone	29,3582	Kwasy Nasycone	33,273
g	Węglowodany ogółem	250,9622	Węglowodany ogółem	251,866	Węglowodany ogółem	299,557	Węglowodany ogółem	258,197	Węglowodany ogółem	266,67
g	W tym cukry	16,05	W tym cukry	17,901	W tym cukry	15,0186	W tym cukry	21,6386	W tym cukry	30,844
g	Błonnik pokarmowy	20,692	Błonnik pokarmowy	30,41	Błonnik pokarmowy	22,8195	Błonnik pokarmowy	26,0945	Błonnik pokarmowy	25,32
mg	Sód	1441,16	Sód	1889	Sód	2128,32	Sód	1604,62	Sód	1513,1

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 jadospisie 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.
 Jadospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie
DZIAŁ ŻYWIENIA
czwartek 03 października 2024

DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa)		Dieta Niskotłuszczowa / Niskocholesterolowa		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta ubogoresztkowa		Dieta rozdrobniona		
SNIADANIE	I	Kasza jaglana na mleku 300ml *mleko/	300g	Serek homogenizowany 1 szt. *mleko/	150g	Serek homogenizowany 1 szt. *mleko/	150g	Kasza jaglana na mleku 300ml *mleko/	300g	Kasza jaglana na mleku 300ml *mleko/	300g
		Bułka pszenna 50g *gluten/	50g	Bułka razowa 70g *gluten/	70g	Bułka pszenna 50g *gluten/	50g	Bułka pszenna 50g *gluten/	50g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g
		Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Twaróg 100g *mleko/	100g	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Twaróg 100g *mleko/	100g
		Twaróg 100g *mleko/	100g	Ogórek 50g	50g	Twaróg 100g *mleko/	100g	Twaróg 100g *mleko/	100g	Dżem 2 szt.	50g
		Dżem 2 szt.	50g	Kielki	5g	Kielki	5g	Dżem 2 szt.	50g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g
		Kielki	5g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Kielki	5g	masło 10g *mleko/	10g
		masło 10g *mleko/	10g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	masło 10g *mleko/	10g	Herbata z cytryną	250g
		Herbata z cytryną	250g					Herbata z cytryną	250g		
II			Kiwi 1szt.	75g	Kanapka pszenna z twarogiem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g			Serek homogenizowany 1 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
		Pierogi z mięsem 10 szt.	200g	Pierogi ze szpinakiem 10 szt. *gluten/*mleko/	200g	Pierogi z mięsem 5 szt.	125g	Pierogi z mięsem 10 szt.	200g	Pierogi ze szpinakiem 10 szt. *gluten/*mleko/	200g
		Surówka z marchewki z jabłkiem	150g	Surówka z marchewki z jabłkiem	150g	Surówka z marchewki z jabłkiem	150g	Surówka z marchewki z jabłkiem	150g	Marchewka gotowana rozdrobniona 150g	150g
		Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g
Podwieczorek					Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g					
KOLACJA	I	Chleb pszenny 50g *gluten/	75g	Chleb razowy 30g *gluten/	30g	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Chleb pszenny 50g *gluten/	75g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g
		Salatka z kaszą bulgur, s. pomidorami i kurczakiem *gluten/*gorczyca/	250g	Salatka (c) z k. bulgur, s. pom., ciecierz, kurcza *gluten/*gorczyca/	250g	Salatka z kaszą bulgur, s. pomidorami i kurczakiem *gluten/*gorczyca/	250g	Salatka z kaszą bulgur, s. pomidorami i kurczakiem *gluten/*gorczyca/	250g	Pasta z kurczaka 100g *jaja/*mleko/*gorczyca/	250g
		Banan 1szt.	120g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Banan 1szt.	120g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g
		masło 10g *mleko/	10g	Herbata czarna b/c	250g	Herbata czarna b/c	250g	masło 10g *mleko/	10g	Banan 1szt.	120g
		Herbata czarna b/c	250g					Herbata czarna b/c	250g	masło 10g *mleko/	10g
										Herbata czarna b/c	250g
II		Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g	Kanapka razowa z jajkiem 1szt. *gluten/*jaja/*gorczyca/	100g	Kanapka pszenna z poledwicą soppocką 1 szt. *gluten/*soja/	80g	Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g	Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g

	kcal	Energia	2409,16	Energia	2315,07	Energia	2438	Energia	2409,16	Energia	2223,2
g	Białko	104,083	Białko	113,507	Białko	122,783	Białko	104,083	Białko	111,63	
g	Tłuszcz	75,407	Tłuszcz	88,715	Tłuszcz	86,947	Tłuszcz	75,407	Tłuszcz	74,982	
g	Kwasy Nasycone	22,0272	Kwasy Nasycone	7,2452	Kwasy Nasycone	10,9422	Kwasy Nasycone	22,0272	Kwasy Nasycone	22,358	
g	Węglowodany ogółem	320,701	Węglowodany ogółem	255,295	Węglowodany ogółem	282,346	Węglowodany ogółem	320,701	Węglowodany ogółem	271,93	
g	W tym cukry	47,601	W tym cukry	16,351	W tym cukry	26,916	W tym cukry	47,601	W tym cukry	54,764	
g	Blonnik pokarmowy	25,13	Blonnik pokarmowy	31,133	Blonnik pokarmowy	23,62	Blonnik pokarmowy	25,13	Blonnik pokarmowy	30,238	
mg	Sód	671,402	Sód	1153,26	Sód	1310,3	Sód	671,402	Sód	1179,4	

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 jadospisie produktów na równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych. Szczegółowy wykaz składników dań kulinarnych oraz produktów spożywczych dostępny na życzenie u dietetyka lub kierownika Działu Żywnia.
 Jadospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie
DZIAŁ ŻYWIENIA
piątek 04 października 2024

DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa)		Dieta Niskotłuszczowa / Niskocholesterolowa		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta ubogoresztkowa		Dieta rozdrobniona	
I SNIADANIE		Jogurt naturalny szt. *mleko/ 150g	Jogurt naturalny szt. *mleko/ 150g	Jogurt naturalny szt. *mleko/ 150g	Jogurt naturalny szt. *mleko/ 150g	Jogurt naturalny szt. *mleko/ 150g	Jogurt naturalny szt. *mleko/ 150g	Jogurt naturalny szt. *mleko/ 150g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g
		Chleb pszenny 75g *gluten/	Chleb razowy 60g *gluten/	Chleb pszenny 75g *gluten/	Chleb pszenny 75g *gluten/	Chleb pszenny 75g *gluten/	Chleb pszenny 75g *gluten/	Chleb pszenny 75g *gluten/	Hummus gotowy 115g *ziarna_sezamu/	115g
		Hummus gotowy 115g *ziarna_sezamu/	Hummus gotowy 115g *ziarna_sezamu/	Hummus gotowy 115g *ziarna_sezamu/	Hummus gotowy 115g *ziarna_sezamu/	Hummus gotowy 115g *ziarna_sezamu/	Hummus gotowy 115g *ziarna_sezamu/	Hummus gotowy 115g *ziarna_sezamu/	Pasta z piersi indyka 30g *jaja/*gorczyca/	30g
		Szynka z piersi indyka 30g	Szynka z piersi indyka 30g	Szynka z piersi indyka 30g	Pomidor bez skóry 100g	Pomidor bez skóry 100g	Pomidor bez skóry 100g	Szynka z piersi indyka 30g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g
		Pomidor 100g	Pomidor 50g	Pomidor 50g	Margaryna miękka kubkowa	Margaryna miękka kubkowa	Margaryna miękka kubkowa	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	masło 10g *mleko/	10g
		masło 10g *mleko/	Ogórek 50g	Ogórek 50g	Herbata z cytryną	Herbata z cytryną	Herbata z cytryną	masło 10g *mleko/	Herbata z cytryną	250g
		Herbata z cytryną	Margaryna miękka kubkowa	Margaryna miękka kubkowa				Herbata z cytryną		
II			Serek wiejski 1 szt.	200g	Kanapka pszenna z połówką miódową 1 szt. *gluten/*soja/*seler/	80g			Serek wiejski 1 szt.	200g
OBIAD		Zupa buraczkowa 350ml *mleko/*seler/	Zupa buraczkowa 350ml *mleko/*seler/	Zupa buraczkowa 350ml *mleko/*seler/	Zupa buraczkowa 350ml *mleko/*seler/	Zupa buraczkowa 350ml *mleko/*seler/	Zupa buraczkowa 350ml *mleko/*seler/	Zupa buraczkowa 350ml *mleko/*seler/	Zupa buraczkowa 350ml *mleko/*seler/	350g
		Ryba duszona 100g w sosie po grecku 150g *gluten/*ryby/*seler/	Ryba duszona 100g w sosie po grecku 150g *gluten/*ryby/*seler/	Ryba duszona 100g w sosie po grecku 150g *gluten/*ryby/*seler/	Ryba duszona 100g w sosie po grecku 150g *gluten/*ryby/*seler/	Ryba duszona 100g w sosie po grecku 150g *gluten/*ryby/*seler/	Ryba duszona 100g w sosie po grecku 150g *gluten/*ryby/*seler/	Ryba duszona 100g w sosie po grecku 150g *gluten/*ryby/*seler/	Ryba duszona 100g w sosie po grecku 150g *gluten/*ryby/*seler/	250g
		Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 150g	Ziemniaki gotowane 150g	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g
		Kompot 250ml	Kompot 250ml	Kompot 250ml	Kompot 250ml	Kompot 250ml	Kompot 250ml	Kompot 250ml	Kompot 250ml	250g
Podwieczorek										
I KOLACJA		Chleb pszenny 100g *gluten/	Chleb razowy 60g *gluten/	Chleb pszenny 100g *gluten/	Chleb pszenny 100g *gluten/	Chleb pszenny 100g *gluten/	Chleb pszenny 100g *gluten/	Chleb pszenny 100g *gluten/	Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/	80g
		Szynka wiejska 60g	Szynka wiejska 60g	Szynka wiejska 60g	Szynka wiejska 60g	Szynka wiejska 60g	Domowa wędlina z indyka 60g	Pasta z szynki wiejskiej 60g *jaja/*gorczyca/	60g	
		Mix sałat z pomidorkami	Mix sałat z pomidorkami	Mix sałat z pomidorkami	Mix sałat z pomidorkami	Mix sałat z pomidorkami	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g	
		masło 10g *mleko/	Margaryna miękka kubkowa	Margaryna miękka kubkowa	Margaryna miękka kubkowa	Margaryna miękka kubkowa	masło 10g *mleko/	masło 10g *mleko/	10g	
		Herbata owocowa	Herbata owocowa	Herbata owocowa	Herbata owocowa	Herbata owocowa	Herbata owocowa	Herbata owocowa	250g	
II	Serek homogenizowany w tubce 1szt. *mleko/	Kanapka razowa z szynką dębową 1 szt. *gluten/	80g	Kanapka pszenna z szynką dębową 1 szt. *gluten/	80g	Serek homogenizowany w tubce 1szt. *mleko/	100g	Serek homogenizowany w tubce 1szt. *mleko/	100g	

kcal	Energia	2183	Energia	2369	Energia	2409,46	Energia	2195,26	Energia	2316,3
g	Białko	101,825	Białko	125,64	Białko	107,16	Białko	106,05	Białko	116,65
g	Tłuszcz	80,0881	Tłuszcz	90,4781	Tłuszcz	85,3781	Tłuszcz	76,6081	Tłuszcz	93,353
g	Kwasy Nasycone	15,7872	Kwasy Nasycone	7,2032	Kwasy Nasycone	10,4472	Kwasy Nasycone	16,0712	Kwasy Nasycone	15,776
g	Węglowodany ogółem	236,414	Węglowodany ogółem	232,624	Węglowodany ogółem	280,919	Węglowodany ogółem	240,744	Węglowodany ogółem	222,63
g	W tym cukry	22,8033	W tym cukry	17,3883	W tym cukry	13,0783	W tym cukry	28,9833	W tym cukry	31,418
g	Błonnik pokarmowy	27,2412	Błonnik pokarmowy	37,0262	Błonnik pokarmowy	30,3612	Błonnik pokarmowy	30,0912	Błonnik pokarmowy	29,324
mg	Sód	1574,71	Sód	1855,66	Sód	1981,81	Sód	1578,76	Sód	1545,2

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 jadospisie 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.
 Jadospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie
DZIAŁ ŻYWIENIA
sobota 05 października 2024

DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa)		Dieta Niskotłuszczowa / Niskocholesterolowa		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta ubogoresztkowa		Dieta rozdrobniona		
I	SNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 300ml *mleko/	300g	Skyr szt. *mleko/	140g	Płatki owsiane na mleku 300ml *mleko/	300g	Płatki owsiane na mleku 300ml *mleko/	300g	Płatki owsiane na mleku 300ml *mleko/	300g
		Bułka kajzerka 50g *gluten/	50g	Bułka razowa 70g *gluten/	70g	Bułka kajzerka 50g *gluten/	50g	Bułka kajzerka 50g *gluten/	50g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g
		Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Twarożek z suszonymi pomidorami *mleko/	100g	Twarożek z suszonymi pomidorami *mleko/	100g	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Twarożek z ziołami *mleko/	100g
		Twarożek z suszonymi pomidorami *mleko/	100g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Twarożek z ziołami *mleko/	100g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g
		Pomidor 50g	50g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	masło 10g *mleko/	10g
		Salata 30g	30g	masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	masło 10g *mleko/	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				Jabłko 1szt.	180g	Jabłko pieczone 1szt.	180g			Skyr szt. *mleko/	140g
OBIAD		Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml *seler/	350g	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml *seler/	350g	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml *seler/	350g	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml *seler/	350g	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml *seler/	350g
		Kociółek wieprzowy duszony z kolorowymi warzywami	250g	Kociółek wieprzowy duszony z kolorowymi warzywami	250g	Kociółek wieprzowy duszony z kolorowymi warzywami	250g	Kociółek wieprzowy duszony z kolorowymi warzywami	250g	Kociółek wieprzowy duszony z kolorowymi warzywami	250g
		Kasza jęczmienna 180g	180g	Kasza gryczana 150g	150g	Kasza jęczmienna 150g	150g	Kasza jęczmienna 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g
		Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g
		Jabłko 1szt.	180g					Banan 1szt.	120g	Banan 1szt.	120g
Podwieczorek											
I	KOLACJA	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g
		Kurczak w galarecie 70g *soja/*seler/	70g	Kurczak w galarecie 70g *soja/*seler/	70g	Kurczak w galarecie 70g *soja/*seler/	70g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g	Pasta z kurczaka gotowanego 60g *jaja/*soja/*mleko/	60g
		Salata 30g	30g	Papryka 50g	50g	Salata 30g	30g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g	Pasta mięsna ze schabu białego 40g *jaja/*soja/*gorczyca/	40g
		masło 10g *mleko/	10g	Salata 30g	30g	Margaryna miękka kubkowa	10g	masło 10g *mleko/	10g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g
		Herbata rumiankowa	250g	masło 10g *mleko/	10g	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g	masło 10g *mleko/	10g
				Herbata rumiankowa	250g					Herbata rumiankowa	250g
II		Mus ryżowy 1szt. *mleko/	100g	Kanapka razowa z pastą jajeczną 1szt. *gluten/*jaja/*gorczyca/	100g	Kanapka pszenna z serkiem śmietankowym 1 szt. *gluten/*mleko/	80g	Mus ryżowy 1szt. *mleko/	100g	Mus ryżowy 1szt. *mleko/	100g

kcal	Energia	2168,56	Energia	2182,46	Energia	2074,16	Energia	1968,27	Energia	2015,4
g	Białko	104,087	Białko	125,876	Białko	109,032	Białko	116,247	Białko	138,23
g	Tłuszcz	49,658	Tłuszcz	69,151	Tłuszcz	45,088	Tłuszcz	47,658	Tłuszcz	62,473
g	Kwasy Nasycone	18,2177	Kwasy Nasycone	16,2407	Kwasy Nasycone	7,8927	Kwasy Nasycone	18,1577	Kwasy Nasycone	18,803
g	Węglowodany ogółem	264,871	Węglowodany ogółem	235,31	Węglowodany ogółem	246,131	Węglowodany ogółem	272,398	Węglowodany ogółem	266,06
g	W tym cukry	26,2506	W tym cukry	20,6756	W tym cukry	14,3756	W tym cukry	40,2606	W tym cukry	45,751
g	Błonnik pokarmowy	27,3225	Błonnik pokarmowy	36,3205	Błonnik pokarmowy	25,9575	Błonnik pokarmowy	29,0025	Błonnik pokarmowy	28,155
mg	Sód	950,862	Sód	1412,11	Sód	1096,56	Sód	1086,86	Sód	1198,4

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 jadospisie 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.
 Jadospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie
DZIAŁ ŻYWIENIA
niedziela 06 października 2024

DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa)		Dieta Niskotłuszczowa / Niskocholesterolowa		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta ubogoresztkowa		Dieta rozdrobniona		
I	SNIADANIE	Płatki ryżowe na mleku 300ml *mleko/	300g	Serek wiejski 1 szt.	200g	Płatki ryżowe na mleku 300ml *mleko/	300g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Płatki ryżowe na mleku 300ml *mleko/	300g
		Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Płatki ryżowe na mleku 300ml *mleko/	300g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g
		Kiełbaski białe 3 szt. *soja/	90g	Kiełbaski białe 3 szt. *soja/	90g	Kiełbaski białe 3 szt. *soja/	90g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g	Kiełbaski białe 3 szt. *soja/	90g
		Pomidor 100g	100g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 100g	100g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g
		masło 10g *mleko/	10g	Ogórek 50g	50g	Margaryna miękka kubkowa	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	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				Mus owocowo-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g	Mus owocowo-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g			Serek wiejski 1 szt.	200g
OBIAŁ		Zupa żurek 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa żurek 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa żurek 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa żurek 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa żurek 350ml *mleko/*seler/	350g
		Kotlet z indyka 100g *gluten/*jaja/	100g	Kotlet z indyka 100g *gluten/*jaja/	100g	Kotlet z indyka 100g *gluten/*jaja/	100g	Kotlet z indyka 100g *gluten/*jaja/	100g	Kotlet z indyka 100g *gluten/*jaja/	100g
		Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane puree 180g	180g	Ziemniaki gotowane puree 180g	180g
		Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Surówka bułgarska z papryką 150g	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g
		Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g
KOLACJA	I	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/	80g	Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/	80g
		Pasta z pieczonego dorsza *jaja/*ryby/*gorczyca/	100g	Pasta z pieczonego dorsza *jaja/*ryby/*gorczyca/	100g	Pasta z pieczonego dorsza z jogurtem *jaja/*ryby/*mleko/*gorczyca/	100g	Pasta z pieczonego dorsza *jaja/*ryby/*gorczyca/	100g	Pasta z pieczonego dorsza *jaja/*ryby/*gorczyca/	100g
		Pomidor 50g	50g	Ogórek kiszony 60g	60g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g
		Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	Margaryna miękka kubkowa	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
		masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Herbata czarna b/c	250g	Herbata czarna b/c	250g	Herbata czarna b/c	250g
		Herbata czarna b/c	250g	Herbata czarna b/c	250g						
II		Sok wielowarzywny 300ml	300g	Kanapka razowa z szynką z indyka z 1 szt. *gluten/	80g	Kanapka pszenna z szynką z indyka z 1 szt. *gluten/	80g	Sok wielowarzywny 300ml	300g	Sok wielowarzywny 300ml	300g

kcal	Energia	2247,22	Energia	2447,07	Energia	2371,6	Energia	2106,42	Energia	2400,8
g	Białko	104,611	Białko	117,172	Białko	111,965	Białko	116,391	Białko	125,17
g	Tłuszcz	95,8445	Tłuszcz	112,165	Tłuszcz	99,5895	Tłuszcz	77,2995	Tłuszcz	105,67
g	Kwasy Nasycone	27,622	Kwasy Nasycone	19,734	Kwasy Nasycone	23,13	Kwasy Nasycone	20,295	Kwasy Nasycone	27,625
g	Węglowodany ogółem	240,235	Węglowodany ogółem	235,58	Węglowodany ogółem	276,038	Węglowodany ogółem	232,76	Węglowodany ogółem	233,26
g	W tym cukry	15,9665	W tym cukry	23,5715	W tym cukry	25,5065	W tym cukry	21,5015	W tym cukry	25,861
g	Błonnik pokarmowy	29,082	Błonnik pokarmowy	30,808	Błonnik pokarmowy	30,525	Błonnik pokarmowy	30,717	Błonnik pokarmowy	30,407
mg	Sód	1392,18	Sód	1955,22	Sód	1710,91	Sód	1379,68	Sód	1421,3

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupiaki; 3. jaja; 5. orzeszki ziemne; 6. soja; 7. mleko; 8. orzechy; 9. seler; 10. gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. łubin
 (*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen. Sposób przygotowania: (g) - gotowane, (s) - smażone, (d) - duszone, (p) - pieczone, (gr) - grillowane
 W uzasadnionych przypadkach zastrzegamy możliwość wymiany zaplanowanych w jadospisie 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.
 Jadospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko