

**Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie**  
**DZIAŁ ŻYWIENIA**  
**poniedziałek 07 października 2024**

DIETA		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (wrzodowa)		Dieta Niskołuszczowa / Niskocholesterolowa		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta ubogoresztkowa		Dieta rozdrobniona	
I	SNIADANIE	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 razowy 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g
		Szynka dębowa drobiowa 60g	60g	Szynka dębowa drobiowa 60g	60g	Szynka dębowa drobiowa 60g	60g	Szynka dębowa drobiowa 60g	60g	Pasta z szynki dębowej drobiowej 30g *jaja/*gorczyca/	30g
		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	Ogórek kiszony 60g	60g	Salata 30g	30g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g
		masło 10g *mleko/	10g	Salata 30g	30g	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				Kefir szt. *mleko/	200g	Kanapka pszenna z twarogiem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g			Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g
OBIAD		Zupa ogórkowa ze świeżych ogórków 350ml *seler/	350g	Zupa ogórkowa ze świeżych ogórków 350ml *seler/	350g	Zupa ogórkowa ze świeżych ogórków 350ml *seler/	350g	Zupa ogórkowa ze świeżych ogórków 350ml *seler/	350g	Zupa ogórkowa ze świeżych ogórków 350ml *seler/	350g
		Gulasz z udźca drobiowego 200g *gluten/*mleko/*seler/	200g	Gulasz z udźca drobiowego 200g *gluten/*mleko/*seler/	200g	Gulasz z udźca drobiowego 200g *gluten/*mleko/*seler/	200g	Gulasz z udźca drobiowego 200g *gluten/*mleko/*seler/	200g	Gulasz z udźca drobiowego 200g *gluten/*mleko/*seler/	200g
		Kasza jęczmienna 180g	180g	Kasza jęczmienna 150g	150g	Kasza jęczmienna 150g	150g	Kasza jęczmienna 180g	180g	Ziemniaki gotowane puree 180g	180g
		Gotowane warzywa 150g *seler/	150g	Gotowane warzywa 150g *seler/	150g	Gotowane warzywa 150g *seler/	150g	Gotowane warzywa 150g *seler/	150g	Gotowane warzywa 150g *seler/	150g
		Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g
Podwieczorek						Serek wiejski 1 szt.	200g				
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
		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 *jajka/*sól/*mleko/*seler/	60g
		Pomidor 100g	100g	Rzodkiewka 50g	50g	Pomidor 100g	100g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g
		masło 10g *mleko/	10g	Pomidor 50g	50g	Margaryna miękka kubkowa	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
		Herbata miętowa	250g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Herbata miętowa	250g	Herbata miętowa	250g	Herbata miętowa	250g
				Herbata miętowa	250g						
II		Banan 1szt.	120g	Kanapka razowa z szynką dębową 1 szt. *gluten/	80g	Kanapka pszenna z szynką dębową 1 szt. *gluten/	80g	Banan 1szt.	120g	Banan 1szt.	120g

	kcal	Energia	2029,8	Energia	1984,1	Energia	2288,4	Energia	2064,7	Energia	1997,2
g	Białko	107,2	Białko	112,42	Białko	141,37	Białko	108,19	Białko	105,23	
g	Tłuszcz	62,054	Tłuszcz	63,554	Tłuszcz	71,284	Tłuszcz	62,344	Tłuszcz	66,139	
g	Kwasy Nasycone	20,959	Kwasy Nasycone	13,159	Kwasy Nasycone	10,949	Kwasy Nasycone	21,037	Kwasy Nasycone	20,717	
g	Węglowodany ogółem	266,19	Węglowodany ogółem	237,08	Węglowodany ogółem	274,04	Węglowodany ogółem	271,11	Węglowodany ogółem	247,54	
g	W tym cukry	25,467	W tym cukry	23,192	W tym cukry	17,627	W tym cukry	31,657	W tym cukry	33,362	
g	Błonnik pokarmowy	24,814	Błonnik pokarmowy	34,969	Błonnik pokarmowy	24,874	Błonnik pokarmowy	27,754	Błonnik pokarmowy	25,347	
mg	Sód	1118,5	Sód	1634,8	Sód	1910	Sód	1121,7	Sód	1149,2	

**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. 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 Żywnia.  
 Jadospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

**Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie**  
**DZIAŁ ŻYWIENIA**  
**wtorek 08 października 2024**

DIETA		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (wrzodowa)		Dieta Nisko tłuszczowa / Niskocholesterolowa		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta ubogoresztkowa		Dieta rozdrobniona	
I	SNIADANIE	Musli na mleku *gluten/*mleko/*orzechy/	300g	Skyr szt. *mleko/	140g	Skyr szt. *mleko/	140g	Musli na mleku *gluten/*mleko/*orzechy/	300g	Musli na mleku *gluten/*mleko/*orzechy/	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
		Polędwica sopocka 60g *soja/	60g	Polędwica sopocka 60g *soja/	60g	Polędwica sopocka 60g *soja/	60g	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g	Pasta z polędwicy sopockiej 60g *jaja/*soja/*gorczyca/	60g
		Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g
		Roszponka	10g	Roszponka	10g	Roszponka	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
		masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	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				Sok wielowarzywny 300ml	300g	Sok wielowarzywny 300ml	300g	Skyr szt. *mleko/	140g	Skyr szt. *mleko/	140g
III	OBIAD	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml *gluten/*soja/*mleko/*sel	350g	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml *gluten/*soja/*mleko/*sel	350g	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml *gluten/*soja/*mleko/*sel	350g	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml *gluten/*soja/*mleko/*sel	350g
		Kompot 250ml	250g	Kotlet mielony wieprzowy 100g *gluten/*jaja/	100g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Kotlet mielony wieprzowy w sosie 150g *gluten/*jaja/	100g	Kotlet mielony wieprzowy w sosie 150g *gluten/*jaja/	100g
		z makaronem 350ml *gluten/*soja/*mleko/*sel	350g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Kotlet mielony wieprzowy 100g *gluten/*jaja/	100g	Ziemniaki gotowane puree 180g	180g	Ziemniaki gotowane puree 180g	180g
		Kotlet mielony wieprzowy 100g *gluten/*jaja/	100g	Surówka z buraków z cebulką 150g	150g	Surówka z buraków z cebulką 150g	150g	Tarte buraczki 150g	150g	Tarte buraczki 150g	150g
		Surówka z buraków z cebulką 150g	150g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g
IV	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 makreli *jaja/*ryby/*mleko/*gorczyca/	100g	Pasta z makreli z jogurtem *jaja/*ryby/*mleko/	100g	Pasta z makreli z jogurtem *jaja/*ryby/*mleko/	100g	Pasta z makreli z jogurtem *jaja/*ryby/*mleko/	100g	Pasta z makreli *jaja/*ryby/*mleko/*gorczyca/	100g
		Salata 30g	30g	Papryka 50g	50g	Salata 30g	30g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g
		masło 10g *mleko/	10g	Salata 30g	30g	Margaryna miękka kubkowa	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
		Herbata owocowa	250g	masło 10g *mleko/	10g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g
				Herbata owocowa	250g						
V		Sok wielowarzywny 300ml	300g	Kanapka razowa ze schabem pieczonym 1 szt. *gluten/*soja/*seler/	80g	Kanapka razowa ze schabem pieczonym 1 szt. *gluten/*soja/*seler/	80g	Sok wielowarzywny 300ml	300g	Sok wielowarzywny 300ml	300g
kcal		Energia	2080,8	Energia	2072	Energia	2084,1	Energia	2179,1	Energia	2152,5
g		Białko	115,72	Białko	131,71	Białko	134,42	Białko	148,12	Białko	137,39
g		Tłuszcz	74,434	Tłuszcz	84,264	Tłuszcz	81,524	Tłuszcz	87,619	Tłuszcz	94,624
g		Kwasy Nasycone	22,693	Kwasy Nasycone	22,458	Kwasy Nasycone	12,533	Kwasy Nasycone	23,418	Kwasy Nasycone	22,308
g		Węglowodany ogółem	238,68	Węglowodany ogółem	226,03	Węglowodany ogółem	238,27	Węglowodany ogółem	240,18	Węglowodany ogółem	228,35
g		W tym cukry	17,609	W tym cukry	19,439	W tym cukry	18,579	W tym cukry	36,139	W tym cukry	36,504
g		Błonnik pokarmowy	22,781	Błonnik pokarmowy	33,269	Błonnik pokarmowy	25,094	Błonnik pokarmowy	27,844	Błonnik pokarmowy	27,081
mg		Sód	2633,3	Sód	2908,5	Sód	2998,5	Sód	2434,9	Sód	2766,1

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

**Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie**  
**DZIAŁ ŻYWIENIA**  
**środa 09 października 2024**

DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa)		Dieta Niskotłuszczowa / Niskocholesterolowa		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta ubogoresztkowa		Dieta rozdrobniona	
I <b>SNIADANIE</b>	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 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	Chleb razowy 30g *gluten/	30g	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Parówki z indyka 3 szt.	90g
	Parówki z indyka 3 szt.	90g	Parówki z indyka 2 szt.	70g	Parówki z indyka 2 szt.	70g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g	Ketchup 1 szt.	1g
	Ketchup 1 szt.	1g	Ketchup 1 szt.	1g	Ketchup 1 szt.	1g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g
	Rukola 30g	30g	Papryka 50g	50g	Rukola 30g	30g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
	masło 10g *mleko/	10g	Rukola 20g	20g	Margaryna miękka kubkowa	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 razowa z twarogiem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g	Kanapka pszenna z twarogiem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g			Budyń na mleku roślinnym 250ml *gluten/	250g
<b>OBIAD</b>	Manna na rosole 350ml *gluten/*seler/	350g	Manna na rosole 350ml *gluten/*seler/	350g	Manna na rosole 350ml *gluten/*seler/	350g	Manna na rosole 350ml *gluten/*seler/	350g	Manna na rosole 350ml *gluten/*seler/	350g
	Wątróbka drobiowa	120g	Wątróbka drobiowa	120g	Wątróbka drobiowa	120g	Filet z kurczaka soute 100g *gluten/	100g	Filet z kurczaka soute 100g *gluten/	100g
	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane puree 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g
	Marchewka mini gotowana 150g	150g	Surówka z czerwonej kapusty 150g *gorczyca/	150g	Marchewka mini gotowana 150g	150g	Marchewka mini gotowana 150g	150g	Marchewka gotowana rozdrobniona 150g	150g
	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g
Powielczonek										
<b>Kolacja</b>	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 75g + chleb razowy 30g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	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	Rzodkiewka 50g	50g	Pomidor 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				
=	Mus owocowo-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g	Mus owocowo-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g	Kanapka pszenna z szynką dębową 1 szt. *gluten/	80g	Mus owocowo-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g	Mus owocowo-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g

kcal	Energia	1934,42	Energia	2256,32	Energia	2187,42	Energia	2014,56	Energia	2043,9
g	Białko	108,237	Białko	119,246	Białko	121,637	Białko	125,011	Białko	118,01
g	Tłuszcz	84,152	Tłuszcz	83,11	Tłuszcz	83,042	Tłuszcz	83,335	Tłuszcz	76,85
g	Kwasy Nasycone	21,0982	Kwasy Nasycone	11,5362	Kwasy Nasycone	11,0282	Kwasy Nasycone	18,0532	Kwasy Nasycone	22,048
g	Węglowodany ogółem	186,619	Węglowodany ogółem	255,978	Węglowodany ogółem	239,769	Węglowodany ogółem	190,05	Węglowodany ogółem	218,39
g	W tym cukry	26,468	W tym cukry	22,598	W tym cukry	18,908	W tym cukry	30,049	W tym cukry	45,453
g	Błonnik pokarmowy	20,547	Błonnik pokarmowy	32,105	Błonnik pokarmowy	23,167	Błonnik pokarmowy	23,609	Błonnik pokarmowy	25,151
mg	Sód	1764,8	Sód	2251	Sód	2324,05	Sód	1770,77	Sód	1857,7

**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**  
**czwartek 10 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	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 razowy 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g
		Pasta z jaj z awokado *jaja/	100g	Pasta z jaj z awokado i szczypiorkiem *jaja/	100g	Pasta z jaj z awokado *jaja/	100g	Pasta z jaj z awokado *jaja/	100g	Pasta z jaj z awokado *jaja/	100g
		Mix sałat z pomidorkami i oliwą	60g	Mix sałat z pomidorkami i oliwą	60g	Mix sałat z oliwą	60g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g
		masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
		Herbata z cytryną	250g	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 buraczkowa 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa buraczkowa 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa buraczkowa 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa buraczkowa 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa buraczkowa 350ml *mleko/*seler/	350g	
	Pierogi z mięsem 10 szt.	200g	Pierogi z mięsem 8 szt.	125g	Pierogi z mięsem 8 szt.	125g	Pierogi z mięsem 10 szt.	200g	Pierogi z mięsem 10 szt.	200g	
	Gotowane warzywa 150g *seler/	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	
Podwieczorek											
KOLACJA	I	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Chleb razowy 30g *gluten/	30g	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Chleb pszenny bez skórki 25g *gluten/	25g
		pot., fetą, soczewicą i szynką	250g	Sał. z k. bulgur, ogórkiem, s. pom., fetą, socz. c *mleko/*mleko/*mleko/	250g	pot., fetą, soczewicę i szynką	250g	Sał. z k. bulgur, ogórkiem, i szynką (d) *gluten/	250g	bulgur, ogórkiem, s. pom., fetą, soczewicą	250g
		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 razowa z jajkiem 1szt. *gluten/*jaja/*gorczyca/	100g	Kanapka pszenna z twarogiem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g	Serek homogenizowany w tubce 1szt. *mleko/	100g	Serek homogenizowany w tubce 1szt. *mleko/	100g	
kcal		Energia	2255,3	Energia	2289,7	Energia	2174,2	Energia	2120,6	Energia	2322
g		Białko	99,483	Białko	84,56	Białko	101,92	Białko	89,767	Białko	106,51
g		Tłuszcz	89,634	Tłuszcz	103,14	Tłuszcz	82,644	Tłuszcz	84,706	Tłuszcz	88,799
g		Kwasy Nasycone	26,442	Kwasy Nasycone	13,011	Kwasy Nasycone	13,252	Kwasy Nasycone	26,154	Kwasy Nasycone	28,884
g		Węglowodany ogółem	250,32	Węglowodany ogółem	245,64	Węglowodany ogółem	250,76	Węglowodany ogółem	238,84	Węglowodany ogółem	259,56
g		W tym cukry	25,857	W tym cukry	22,809	W tym cukry	25,602	W tym cukry	30,877	W tym cukry	39,972
g		Błonnik pokarmowy	28,203	Błonnik pokarmowy	33,881	Błonnik pokarmowy	31,288	Błonnik pokarmowy	26,969	Błonnik pokarmowy	30,868
mg		Sód	1691,7	Sód	1753	Sód	2065,7	Sód	1393,5	Sód	1728,8

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

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie

DZIAŁ ŻYWIENIA

piątek 11 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		Platki ryżowe na mleku 300ml *mleko/	300g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Platki ryżowe na mleku 300ml *mleko/	300g	Platki ryżowe 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 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	Pasta mięsna ze schabu białego 40g *jaja/*soja/*gorczyca/	40g
		Pomidor 100g	100g	Pomidor 50g	50g	Rzodkiewka 50g	50g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g
		masło 10g *mleko/	10g	Rzodkiewka 50g	50g	Pomidor 50g	50g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
		Herbata z cytryną	250g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g
				Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g				
II				Serek wiejski 1 szt.	200g	Kanapka pszenna z polewą miódową 1 szt. *gluten/*soja/*seler/	80g			Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g
OBIAD		Zupa neapolitańska z makaronem 350ml *gluten/*soja/*mleko/*seler/	350g	Zupa neapolitańska z makaronem 350ml *gluten/*soja/*mleko/*seler/	350g	Zupa neapolitańska z makaronem 350ml *gluten/*soja/*mleko/*seler/	350g	Ryba pieczona 100g *gluten/*ryby/	100g	Zupa neapolitańska z makaronem 350ml *gluten/*soja/*mleko/*seler/	350g
		Ryba pieczona 100g *gluten/*ryby/	100g	Ryba pieczona 100g *gluten/*ryby/	100g	Ryba pieczona 100g *gluten/*ryby/	100g	Rosół z makaronem b/s 350ml *gluten/*soja/*seler/	350g	Kotlet z ryby pieczony 100g *gluten/*jaja/*ryby/	100g
		Sos koperkowy 80g *gluten/*mleko/*seler/	80g	Ryż z warzywami 200g	200g	Ryż z warzywami 200g	200g	Sos koperkowy 80g *gluten/*mleko/*seler/	80g	Sos koperkowy 80g *gluten/*mleko/*seler/	80g
		Ryż z warzywami 250g	180g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Ryż z warzywami 250g	180g	Ryż z warzywami 250g	180g
		Kompot 250ml	250g					Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g
Podlicznorok						Serek wiejski 1 szt.	200g				
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
		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		Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g	Kanapka razowa z serem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g	Kanapka pszenna z twarogiem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g	Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g	Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g

kcal	Energia	2266,74	Energia	2282,67	Energia	2472,77	Energia	2169,07	Energia	2366,8
g	Białko	111,809	Białko	132,471	Białko	145,071	Białko	110,767	Białko	114,78
g	Tłuszcz	93,5045	Tłuszcz	101,502	Tłuszcz	100,787	Tłuszcz	81,3325	Tłuszcz	100,32
g	Kwasy Nasycone	19,437	Kwasy Nasycone	8,7915	Kwasy Nasycone	7,118	Kwasy Nasycone	20,092	Kwasy Nasycone	19,922
g	Węglowodany ogółem	243,863	Węglowodany ogółem	202,328	Węglowodany ogółem	248,622	Węglowodany ogółem	245,683	Węglowodany ogółem	248,48
g	W tym cukry	39,7185	W tym cukry	13,8525	W tym cukry	13,3375	W tym cukry	45,1605	W tym cukry	46,571
g	Błonnik pokarmowy	18,657	Błonnik pokarmowy	28,664	Błonnik pokarmowy	20,189	Błonnik pokarmowy	21,671	Błonnik pokarmowy	21,341
mg	Sód	1195,86	Sód	1831,56	Sód	2123,56	Sód	1215,49	Sód	1304,4

**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. 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 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**  
**sobota 12 października 2024**

DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa)		Dieta Niskotłuszczowa / Niskocholesterolowa		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta ubogoresztkowa		Dieta rozdrobniona		
I		Płatki kukurydziane na mleku 300ml *mleko/	300g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Płatki kukurydziane na mleku 300ml *mleko/	300g	Płatki kukurydziane 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
		Poledwica sopocka 60g *soja/	60g	Poledwica sopocka 60g *soja/	60g	Poledwica sopocka 60g *soja/	60g	Domowa wędlina z indyka 60g	60g	Pasta z poledwicy sopockiej 60g *jaja/*soja/*gorczyca/	60g
		Serek Śmietankowy 50g *mleko/	50g	Ogórek 50g	50g	Salata 30g	30g	Serek Śmietankowy 50g *mleko/	50g	Serek Śmietankowy 50g *mleko/	50g
		Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g
		masło 10g *mleko/	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											
OBIAD		Zupa brokułowa 350ml *mleko/*seler/ SOS carbonara z	350g	Zupa brokułowa 350ml *mleko/*seler/ SOS carbonara z	350g	Zupa brokułowa 350ml *mleko/*seler/ SOS carbonara z	350g	Zupa brokułowa 350ml *mleko/*seler/ SOS carbonara z	350g	Zupa brokułowa 350ml *mleko/*seler/ SOS carbonara z	350g
		warzywami i kielbaską drobiową 25	250g	warzywami i kielbaską drobiową 25	250g	warzywami i kielbaską drobiową d/	250g	warzywami i kielbaską drobiową 25	250g	warzywami i kielbaską drobiową 25	250g
		*mleko/*soja/*seler/		*mleko/*soja/*seler/		*mleko/*soja/*seler/		*mleko/*soja/*seler/		*mleko/*soja/*seler/	
		Makaron pszenny 180g *gluten/+soja/	180g	Surówka z marchewką i jabłkiem 150g	150g	Makaron pszenny 150g *gluten/+soja/	150g	Makaron pszenny 180g *gluten/+soja/	180g	Makaron pszenny 180g *gluten/+soja/	180g
		Surówka z marchewką i jabłkiem 150g	150g	Makaron pełnoziarnisty 150g *gluten/+soja/	150g	Surówka z marchewką i jabłkiem 150g	150g	Marchewka gotowana rozdrobniona 150g	150g	Marchewka gotowana rozdrobniona 150g	150g
		Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g
		Banan 1szt.	120g	Gruszka 1szt.	120g	Banan 1szt.	120g	Banan 1szt.	120g	Banan 1szt.	120g
Podwieczorek											
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
		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
		Pomidor 100g	100g	Papryka 50g	50g	Pomidor 100g	100g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g
		masło 10g *mleko/	10g	Pomidor 50g	50g	Margaryna miękka kubkowa	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
		Herbata rumiankowa	250g	Margaryna miękka kubkowa Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g
II		Mus owocowy 1szt.	100g	Kanapka razowa z szynką kruchą 1 szt. *gluten/	80g	Kanapka pszenna z szynką kruchą 1 szt. *gluten/*soja/	80g	Mus owocowy 1szt.	100g	Mus owocowy 1szt.	100g

kcal	Energia	2234,6	Energia	2318,6	Energia	2389	Energia	2129,5	Energia	2298,9
g	Białko	110,61	Białko	126,14	Białko	132,79	Białko	121,14	Białko	132,06
g	Tłuszcz	60,13	Tłuszcz	74,53	Tłuszcz	79,817	Tłuszcz	54,945	Tłuszcz	83,62
g	Kwasy Nasycone	19,848	Kwasy Nasycone	9,754	Kwasy Nasycone	13,228	Kwasy Nasycone	19,701	Kwasy Nasycone	21,671
g	Węglowodany ogółem	313,85	Węglowodany ogółem	318,15	Węglowodany ogółem	325,41	Węglowodany ogółem	285,58	Węglowodany ogółem	290,49
g	W tym cukry	45,906	W tym cukry	27,435	W tym cukry	36,811	W tym cukry	53,006	W tym cukry	59,061
g	Błonnik pokarmowy	27,665	Błonnik pokarmowy	39,9	Błonnik pokarmowy	27,399	Błonnik pokarmowy	33,73	Błonnik pokarmowy	32,96
mg	Sód	2488	Sód	2932,1	Sód	2934,7	Sód	2258,3	Sód	2585,9

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

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie

DZIAŁ ŻYWIENIA

niedziela 13 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	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 razowy 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Płatki owsiane na mleku 300ml *mleko/	300g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g
		Jajko gotowane 2 szt. *jaja/	140g	Jajko gotowane 2 szt. *jaja/	140g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g	Pasta z jaj *jaja/*gorczyca/	100g	Pasta z jaj *jaja/*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	
OBIAD	I	Zupa jarzynowa 350ml	350g	Zupa jarzynowa 350ml	350g	Zupa jarzynowa 350ml	350g	Zupa jarzynowa 350ml	350g	Zupa jarzynowa 350ml	350g
		Eskalopek drobiowy pieczony 100g *gluten/*jaja/	100g	Eskalopek drobiowy pieczony 100g *gluten/*jaja/	100g	Eskalopek drobiowy pieczony 100g *gluten/*jaja/	100g	Eskalopek drobiowy pieczony 100g *gluten/*jaja/	100g	Eskalopek drobiowy pieczony 100g *gluten/*jaja/	100g
		Ziemniaki gotowane 180g	180g	Surówka z porem 150g *jaja/*gorczyca/	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g
		Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Ziemniaki gotowane 180g	180g
		Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g
II											
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
		Parówki cielęce 3 szt. *gorczyca/	90g	Parówki cielęce 3 szt. *gorczyca/	90g	Parówki cielęce 3 szt. *gorczyca/	90g	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g	Parówki cielęce 3 szt. *gorczyca/	90g
		Ketchup 1 szt.	1g	Ketchup 1 szt.	1g	Ketchup 1 szt.	1g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Ketchup 1 szt.	1g
		Salata 30g	30g	Ogórek 50g	50g	Salata 30g	30g	masło 10g *mleko/	10g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g
		masło 10g *mleko/	10g	Salata 30g	30g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Herbata czarna b/c	250g	masło 10g *mleko/	10g
		Herbata czarna b/c	250g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Herbata czarna b/c	250g			Herbata czarna b/c	250g
				Herbata czarna b/c	250g						
	II	Mus ryżowy 1szt. *mleko/	100g	Kanapka razowa z polędwicą miodową 1 szt. *gluten/*soja/*seler/	80g	Kanapka pszenna z polędwicą miodową 1 szt. *gluten/*soja/*seler/	80g	Mus ryżowy 1szt. *mleko/	100g	Mus ryżowy 1szt. *mleko/	100g

kcal	Energia	2082,6	Energia	2140,1	Energia	2139,4	Energia	2089,6	Energia	2339,8
g	Białko	108,39	Białko	122,17	Białko	135,04	Białko	120,54	Białko	129,55
g	Tłuszcz	80,507	Tłuszcz	92,342	Tłuszcz	77,332	Tłuszcz	75,527	Tłuszcz	98,392
g	Kwasy Nasycone	30,425	Kwasy Nasycone	16,786	Kwasy Nasycone	16,125	Kwasy Nasycone	26,014	Kwasy Nasycone	30,428
g	Węglowodany ogółem	233,39	Węglowodany ogółem	201,39	Węglowodany ogółem	227,53	Węglowodany ogółem	232,2	Węglowodany ogółem	231,21
g	W tym cukry	20,403	W tym cukry	16,698	W tym cukry	13,863	W tym cukry	23,98	W tym cukry	36,039
g	Błonnik pokarmowy	26,713	Błonnik pokarmowy	27,748	Błonnik pokarmowy	25,693	Błonnik pokarmowy	29,579	Błonnik pokarmowy	31,508
mg	Sód	1370,3	Sód	1785,3	Sód	1882,8	Sód	1438,4	Sód	1522,8

**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. tulin  
 (\*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen. Sposób przygotowania: (g) - gotowane, (s) - smażone, (d) - duszone, (p) - pieczone, (gr) - grillowane  
 W uzasadnionych przypadkach zastrzegamy możliwość wymiany zaplanowanych w jadłospisie produktów na równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych. Szczegółowy wykaz składników dań kulinarnych oraz produktów spożywczych dostępny na życzenie u dietetyka lub kierownika Działu Żywności.  
 Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko