

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie

DZIAŁ ŻYWIENIA

poniedziałek 23 grudnia 2024

DIETA	Dieta Bezglutenowa		Dieta wegetariańska		Dieta wegańska		Dieta Bezmleczna		Dieta Bezlaktozowa	
I SNIADANIE	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Zacierka na mleku 300ml *gluten/*jaja/*mleko/	300g	Zacierka na mleku roślinnym 300ml *gluten/*jaja/	300g	Zupa warzywna z zacierką 300ml *gluten/*jaja/*seler/	300g	Zupa warzywna z zacierką 300ml *gluten/*jaja/*seler/	300g
	Chleb bezglutenowy 100g *soja/*ziarna_sezamu/	100g	Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/	50g	Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/	50g	Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/	50g	Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/	50g
	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g	Wędlina wegetariańska 30g	30g	Wędlina wegańska 90g	90g	Szynka dębowa drobiowa 60g	60g	Szynka dębowa drobiowa 60g	60g
	Ogórek kiszony 60g	60g	Ogórek kiszony 60g	60g	Ogórek kiszony 60g	60g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g
	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Ogórek kiszony 60g	60g	Ogórek kiszony 60g	60g
	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Masło bez laktozy 10g	10g
	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g
II	Kisiel 250ml	250g					Kisiel 250ml	250g	Kisiel 250ml	250g
OBIAD	Zupa ziemniaczana z pomidorami 350ml *seler/	350g	Zupa ziemniaczana z pomidorami (w) 350ml *seler/	350g	Zupa ziemniaczana z pomidorami (w) 350ml *seler/	350g	Zupa ziemniaczana z pomidorami 350ml *seler/	350g	Zupa ziemniaczana z pomidorami 350ml *seler/	350g
	Pulpet wieprzowy b/g 100g *jaja/	100g	Danie wegetariańskie 100g *gluten/*soja/	100g	Danie wegańskie 100g *gluten/*soja/	100g	Pulpet wieprzowy 100g *gluten/*jaja/	100g	Pulpet wieprzowy 100g *gluten/*jaja/	100g
	Sos koperkowy BG 80g *mleko/*seler/	80g	Kasza bulgur gotowana *gluten/	180g	Kasza bulgur gotowana *gluten/	180g	Sos koperkowy BM 80g *gluten/*seler/	80g	Sos koperkowy BM 80g *gluten/*seler/	80g
	Ryż al dente 180g	180g	Surówka z marchewką i jabłkiem 150g	150g	Surówka z marchewką i jabłkiem 150g	150g	Kasza bulgur gotowana *gluten/	180g	Kasza bulgur gotowana *gluten/	180g
	Surówka z marchewką i jabłkiem 150g	150g	Kompot	250g	Kompot	250g	Surówka z marchewką i jabłkiem 150g	150g	Surówka z marchewką i jabłkiem 150g	150g
	Kompot	250g					Kompot	250g	Kompot	250g
Podwieczorek										
KOLACJA	Chleb bezglutenowy 100g *soja/*ziarna_sezamu/	100g	Chleb pszenny 75g + chleb razowy 30g *gluten/	100g	Chleb pszenny 75g + chleb razowy 30g *gluten/	100g	Chleb pszenny 75g + chleb razowy 30g *gluten/	100g	Chleb pszenny 75g + chleb razowy 30g *gluten/	100g
	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g	Hummus gotowy 115g *ziarna_sezamu/	115g	Hummus gotowy 115g *ziarna_sezamu/	115g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g
	Rzodkiewka 50g	50g	Rzodkiewka 50g	50g	Rzodkiewka 50g	50g	Rzodkiewka 50g	50g	Rzodkiewka 50g	50g
	Rukola 20g	20g	Rukola 20g	20g	Rukola 20g	20g	Rukola 20g	20g	Rukola 20g	20g
	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Masło bez laktozy 10g	10g
	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g
	II	Sok wielowarzywny 300ml	300g	Sok wielowarzywny 300ml	300g	Sok wielowarzywny 300ml	300g	Sok wielowarzywny 300ml	300g	Sok wielowarzywny 300ml

kcal	Energia	1938,3	Energia	2217	Energia	2350	Energia	2066,2	Energia	2088,8
g	Białko	110,43	Białko	67,029	Białko	64,389	Białko	112,51	Białko	112,63
g	Tłuszcz	59,357	Tłuszcz	64,695	Tłuszcz	72,135	Tłuszcz	49,143	Tłuszcz	51,543
g	Kwasy Nasycone	19,503	Kwasy Nasycone	23,996	Kwasy Nasycone	22,156	Kwasy Nasycone	8,783	Kwasy Nasycone	20,183
g	Węglowodany ogółem	240,98	Węglowodany ogółem	306,25	Węglowodany ogółem	323,95	Węglowodany ogółem	291,97	Węglowodany ogółem	292,09
g	W tym cukry	33,368	W tym cukry	23,753	W tym cukry	34,973	W tym cukry	32,888	W tym cukry	33,028
g	Błonnik pokarmowy	24,111	Błonnik pokarmowy	42,186	Błonnik pokarmowy	43,386	Błonnik pokarmowy	36,845	Błonnik pokarmowy	36,845
mg	Sód	535,22	Sód	1160,8	Sód	1183,4	Sód	1478	Sód	1453,6

**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 Żywienia.  
 Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie

DZIAŁ ŻYWIENIA

wtorek 24 grudnia 2024

DIETA	Dieta Bezglutenowa		Dieta wegetariańska		Dieta wegańska		Dieta Bezmleczna		Dieta Bezlaktozowa	
SNIADANIE		Kefir szt. *mleko/ 200g	Manna na mleku 300ml *gluten/*mleko/ 300g		Zupa warzywna z kaszą manną 300ml *gluten/*seler/ 300g		Zupa warzywna z kaszą manną 300ml *gluten/*seler/ 300g		Zupa warzywna z kaszą manną 300ml *gluten/*seler/ 300g	
		Chleb bezglutenowy 100g	Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/	50g	Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/	50g	Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/	50g	Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/	50g
		Paszтет warzywny 113g *soja/*seler/*gorczyca/	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
		Mix sałat z pomidorkami, ciecierzycą i oliwą	Mix sałat z pomidorkami, ciecierzycą i oliwą	60g	Mix sałat z pomidorkami, ciecierzycą i oliwą	60g	Mix sałat z pomidorkami, ciecierzycą i oliwą	60g	Mix sałat z pomidorkami, ciecierzycą i oliwą	60g
		masło 10g *mleko/	masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Masło bez laktozy 10g	10g
		Herbata z cytryną	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g
OBIAD		Barszcz czerwony 350ml *mleko/*seler/ 350g	Barszcz czerwony z uszkami 350ml *mleko/*seler/ 350g	350g	Barszcz czerwony z uszkami 350ml *mleko/*seler/ 350g	350g	Barszcz czerwony z uszkami 350ml *mleko/*seler/ 350g	350g	Barszcz czerwony z uszkami 350ml *mleko/*seler/ 350g	350g
		Ryba duszona 100g w sosie po grecku b/g 150g *ryby/*seler/	Ryba duszona 100g w sosie po grecku 150g *gluten/*ryby/*seler/	250g	Sos bolognese wegetariański 250g *soja/*seler/	250g	Ryba duszona 100g w sosie po grecku 150g *gluten/*ryby/*seler/	250g	Ryba duszona 100g w sosie po grecku 150g *gluten/*ryby/*seler/	250g
		Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Makaron pszenny 180g *gluten/*soja/	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g
		Kompot	Kompot	250g	Kompot	250g	Kompot	250g	Kompot	250g
Podwieczorek										
KOLACJA		Chleb bezglutenowy 50g *soja/*ziarna_sesamul/	Chleb pszenny 50g *gluten/	75g	Chleb pszenny 50g *gluten/	75g	Chleb pszenny 50g *gluten/	75g	Chleb pszenny 50g *gluten/	75g
		Śledź w oleju 100g *ryby/	Pierogi z kapsułą i grzybami 5 szt. *gluten/	100g	Pierogi z kapsułą i grzybami 5 szt. *gluten/	100g	Pierogi z kapsułą i grzybami 5 szt. *gluten/	100g	Pierogi z kapsułą i grzybami 5 szt. *gluten/	100g
		masło 10g *mleko/	Śledź w oleju 100g *ryby/	100g	Wędlina wegańska 30g	30g	Śledź w oleju 100g *ryby/	100g	Śledź w oleju 100g *ryby/	100g
		Herbata owocowa	masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Masło bez laktozy 10g	10g
			Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g
	Skyr szt. *mleko/	Skyr szt. *mleko/	140g	Mus owocowy 1szt.	100g	Mus owocowy 1szt.	100g	Mus owocowy 1szt.	100g	
kcal	Energia	2136,1	Energia	2481	Energia	2088,2	Energia	2338,4	Energia	2361
g	Białko	113,09	Białko	126,66	Białko	74,117	Białko	98,938	Białko	99,058
g	Tłuszcz	128,85	Tłuszcz	131,43	Tłuszcz	66,222	Tłuszcz	109,13	Tłuszcz	111,53
g	Kwasy Nasycone	15,647	Kwasy Nasycone	16,897	Kwasy Nasycone	9,497	Kwasy Nasycone	3,777	Kwasy Nasycone	15,177
g	Węglowodany ogółem	170,97	Węglowodany ogółem	238,11	Węglowodany ogółem	271,97	Węglowodany ogółem	242,47	Węglowodany ogółem	242,59
g	W tym cukry	24,584	W tym cukry	14,964	W tym cukry	33,881	W tym cukry	25,284	W tym cukry	25,424
g	Błonnik pokarmowy	21,151	Błonnik pokarmowy	26,781	Błonnik pokarmowy	37,931	Błonnik pokarmowy	31,981	Błonnik pokarmowy	31,981
mg	Sód	1645,3	Sód	2275,4	Sód	1090,8	Sód	2289,9	Sód	2265,5

**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 Żywienia.  
 Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

## Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie

## DZIAŁ ŻYWIENIA

środa 25 grudnia 2024

DIETA	Dieta Bezglutenowa		Dieta wegetariańska		Dieta wegańska		Dieta Bezmleczna		Dieta Bezlaktowa		
SNIADANIE	I	Zupa warzywna z ryżem 300ml *seler/	300g	Płatki jęczmienne na mleku 300ml *mleko/	300g	Zupa warzywna z ryżem 300ml *seler/	300g	Zupa warzywna z ryżem 300ml *seler/	300g	Zupa warzywna z ryżem 300ml *seler/	300g
		Chleb bezglutenowy 100g *soja/+ziarna_sesamu/	100g	Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/	50g	Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/	50g	Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/	50g	Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/	50g
		Salatka jarzynowa 200g *jaja/*gorczyca/	200g	Salatka jarzynowa 200g *jaja/*gorczyca/	200g	Salatka jarzynowa 200g *jaja/*gorczyca/	200g	Salatka jarzynowa 200g *jaja/*gorczyca/	200g	Salatka jarzynowa 200g *jaja/*gorczyca/	200g
		Domowa wędlina wieprzowa 30g	30g	Wędlina wegetariańska 30g	30g	Wędlina wegańska 90g	90g	Domowa wędlina wieprzowa 30g	30g	Domowa wędlina wieprzowa 30g	30g
		masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Masło bez laktozy 10g	10g
		Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g
	II	Kanapka bezglutenowa z dżemem 1 szt. *soja/+ziarna_sesamu/	80g								
OBIAD	Rosół z makaronem BEZGLUTENOWY M 350ml *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 pożarski pieczony b/g 100g *jaja/	100g	Pulpety wegetariańskie 100g *soja/	100g	Pulpety wegetariańskie 100g *soja/	100g	Kotlet pożarski pieczony b/m 100g *jaja/	100g	Kotlet pożarski pieczony b/m 100g *jaja/	100g	
	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	
	Kompot	250g	Surówka z buraków z cebulką 150g	150g	Surówka z buraków z cebulką 150g	150g	Surówka z buraków z cebulką 150g	150g	Surówka z buraków z cebulką 150g	150g	
	Surówka z buraków z cebulką 150g	150g	Kompot	250g	Kompot	250g	Kompot	250g	Kompot	250g	
	Świąteczny wypiek	200g	Świąteczny wypiek	200g			Świąteczny wypiek	200g	Świąteczny wypiek	200g	
KOLACJA	I	Chleb bezglutenowy 100g *soja/+ziarna_sesamu/	100g	Chleb pszenny 75g + chleb razowy 30g *gluten/	100g	Chleb pszenny 75g + chleb razowy 30g *gluten/	100g	Chleb pszenny 75g + chleb razowy 30g *gluten/	100g	Chleb pszenny 75g + chleb razowy 30g *gluten/	100g
		Domowa wędlina z indyka 60g	60g	Parówki wegetariańskie 2 szt. *gluten/	100g	Parówki wegetariańskie 2 szt. *gluten/	100g	Kiełbaski białe 3 szt. *soja/	90g	Kiełbaski białe 3 szt. *soja/	90g
		Papryka 50g	50g	Ketchup 1 szt.	1g	Ketchup 1 szt.	1g	Ketchup 1 szt.	1g	Ketchup 1 szt.	1g
		Salata 30g	30g	Papryka 50g	50g	Papryka 50g	50g	Papryka 50g	50g	Papryka 50g	50g
		masło 10g *mleko/	10g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g
		Herbata malinowa	250g	masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Masło bez laktozy 10g	10g
				Herbata malinowa	250g	Herbata malinowa	250g	Herbata malinowa	250g	Herbata malinowa	250g
		II	Mus owocowo-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g	Mus owocowo-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g	Mus owocowy 1szt.	100g	Mus owocowy 1szt.	100g	Mus owocowy 1szt.
	kcal		Energia	2577,2	Energia	2523,2	Energia	2341,6	Energia	2528,7	Energia
g		Białko	106,16	Białko	91,393	Białko	80,288	Białko	99,126	Białko	99,246
g		Tłuszcz	99,899	Tłuszcz	98,535	Tłuszcz	89,291	Tłuszcz	109,87	Tłuszcz	112,27
g		Kwasy Nasycone	19,644	Kwasy Nasycone	37,018	Kwasy Nasycone	31,435	Kwasy Nasycone	12,669	Kwasy Nasycone	24,069
g		Węglowodany ogółem	396,74	Węglowodany ogółem	382,17	Węglowodany ogółem	282,37	Węglowodany ogółem	370,34	Węglowodany ogółem	370,46
g		W tym cukry	91,824	W tym cukry	85,726	W tym cukry	28,336	W tym cukry	87,578	W tym cukry	87,718
g		Błonnik pokarmowy	30,622	Błonnik pokarmowy	44,913	Błonnik pokarmowy	44,093	Błonnik pokarmowy	32,661	Błonnik pokarmowy	32,661
mg		Sód	553,85	Sód	1651,6	Sód	1403,3	Sód	1638,3	Sód	1613,9

**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 zastrzeżamy możliwość wymiany zaplanowanych w jadospisie produktów na równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych. Szczegółowy wykaz składników dań kulinarnych oraz produktów spożywczych dostępny w dietetyka lub kierownika Działu Żywności.  
 Jadospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

## Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie

## DZIAŁ ŻYWIENIA

czwartek 26 grudnia 2024

DIETA	Dieta Bezglutenowa		Dieta wegetariańska		Dieta wegańska		Dieta Bezmleczna		Dieta Bezlaktowa	
SNIADANIE	Ryż na mleku 300ml *mleko/	300g	Musli na mleku *gluten/*mleko/+orzechy/	300g	Musli na mleku roślinnym *gluten/+orzechy/	300g	Musli na mleku roślinnym *gluten/+orzechy/	300g	Musli na mleku roślinnym *gluten/+orzechy/	300g
	Chleb bezglutenowy 100g *soja/*ziarna_sezamu/	100g	Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/	50g	Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/	50g	Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/	50g	Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/	50g
	Domowa wędlina z indyka 60g	60g	Wędlina wegetariańska 90g	90g	Wędlina wegańska 90g	90g	Szynka zapiekana na maśle 60g *mleko/	60g	Szynka zapiekana na maśle 60g *mleko/	60g
	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g
	Szpinak baby 20g	20g	Szpinak baby 20g	20g	Szpinak baby 20g	20g	Szpinak baby 20g	20g	Szpinak baby 20g	20g
	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa 10g	10g	Margaryna miękka kubkowa 10g	10g	Margaryna miękka kubkowa 10g	10g
	Herbata z cytryną 250g	250g	Herbata z cytryną 250g	250g	Herbata z cytryną 250g	250g	Herbata z cytryną 250g	250g	Herbata z cytryną 250g	250g
II										
OBIAD	Zupa żurek 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa żurek 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa żurek b/m 350ml *seler/	350g	Zupa żurek b/m 350ml *seler/	350g	Zupa żurek 350ml *mleko/*seler/	350g
	Podudzie z kurczaka pieczone w ziołach 2 szt.	150g	Strogonow duszony z warzywami (bm) 250g *gluten/	250g	Strogonow duszony z warzywami (bm) 250g *gluten/	250g	Podudzie z kurczaka pieczone w ziołach 2 szt.	150g	Podudzie z kurczaka pieczone w ziołach 2 szt.	150g
	Ryż al dente 180g	180g	Ryż al dente 180g	180g	Ryż al dente 180g	180g	Ryż al dente 180g	180g	Ryż al dente 180g	180g
	Marchewka z groszkiem b/g 150g	150g	Jabłko 1szt.	180g	Jabłko 1szt.	180g	Marchewka na gęsto 150g	150g	Marchewka na gęsto 150g	150g
	Jabłko 1szt.	180g	Kompot	250g	Kompot	250g	Jabłko 1szt.	180g	Jabłko 1szt.	180g
	Kompot	250g					Kompot	250g	Kompot	250g
Podwiec zorek										
KOLACJA	Chleb bezglutenowy 100g *soja/*ziarna_sezamu/	100g	Chleb pszenny 75g + chleb razowy 30g *gluten/	100g	Chleb pszenny 75g + chleb razowy 30g *gluten/	100g	Chleb pszenny 75g + chleb razowy 30g *gluten/	100g	Chleb pszenny 75g + chleb razowy 30g *gluten/	100g
	Twarożek z suszonymi pomidorami *mleko/	100g	Twarożek z suszonymi pomidorami *mleko/	100g	Hummus gotowy 115g *ziarna_sezamu/	115g	Hummus gotowy 115g *ziarna_sezamu/	115g	Twarożek z suszonymi pomidorami *mleko/	100g
	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	Wędlina wegańska 30g	30g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g
	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	Salata 30g	30g	Margaryna miękka kubkowa 10g	10g	Margaryna miękka kubkowa 10g	10g
	Herbata miętowa 250g	250g	Herbata miętowa 250g	250g	Margaryna miękka kubkowa 10g	10g	Herbata miętowa 250g	250g	Herbata miętowa 250g	250g
					Herbata miętowa 250g	250g				
	II									
	Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g	Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g	Kisiel 250ml	250g	Kisiel 250ml	250g	Kisiel 250ml	250g
kcal	Energia	2219,4	Energia	2139,5	Energia	2351,3	Energia	2484,2	Energia	2295
g	Białko	101,84	Białko	74,714	Białko	56,127	Białko	86,471	Białko	99,248
g	Tłuszcz	87,66	Tłuszcz	65,444	Tłuszcz	73,499	Tłuszcz	89,009	Tłuszcz	78,594
g	Kwasy Nasycone	29,725	Kwasy Nasycone	33,861	Kwasy Nasycone	26,471	Kwasy Nasycone	18,627	Kwasy Nasycone	16,277
g	Węglowodany ogółem	255,28	Węglowodany ogółem	312,97	Węglowodany ogółem	338,26	Węglowodany ogółem	307,29	Węglowodany ogółem	298,41
g	W tym cukry	32,19	W tym cukry	33,343	W tym cukry	42,754	W tym cukry	41,128	W tym cukry	39,423
g	Błonnik pokarmowy	23,717	Błonnik pokarmowy	30,629	Błonnik pokarmowy	36,349	Błonnik pokarmowy	35,138	Błonnik pokarmowy	29,733
mg	Sód	374,9	Sód	1185,2	Sód	1181,6	Sód	1357,2	Sód	1395

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 Żywienia.

Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie

DZIAŁ ŻYWIENIA

piątek 27 grudnia 2024

DIETA	Dieta Bezglutenowa		Dieta wegetariańska		Dieta wegańska		Dieta Bezmleczna		Dieta Bezlaktozowa	
I SNIADANIE	Serek homogenizowany 1 szt. *mleko/	150g	Płatki owsiane na mleku 300ml *mleko/	300g	Płatki owsiane na mleku roślinnym 300ml	300g	Płatki owsiane na mleku roślinnym 300ml	300g	Płatki owsiane na mleku bez laktozy 300ml *mleko/	300g
	Chleb bezglutenowy 100g *soja/+ziarna_sesam/	100g	Bułka razowa 70g *gluten/	70g	Bułka razowa 70g *gluten/	70g	Bułka kajzerka 50g *gluten/	50g	Bułka kajzerka 50g *gluten/	50g
	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g	Chleb razowy 30g *gluten/	30g	Chleb razowy 30g *gluten/	30g	Chleb razowy 30g *gluten/	30g	Chleb razowy 30g *gluten/	30g
	Pomidor 50g	50g	Parówki wegetariańskie 2 szt. *gluten/	100g	Parówki wegetariańskie 2 szt. *gluten/	100g	Parówki cielęce 3 szt. *gorczyca/	90g	Parówki cielęce 3 szt. *gorczyca/	90g
	Ogórek 50g	50g	Ketchup 1 szt.	1g	Ketchup 1 szt.	1g	Ketchup 1 szt.	1g	Ketchup 1 szt.	1g
	masło 10g *mleko/	10g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 100g	100g	Pomidor 100g	100g
	Herbata z cytryną	250g	Ogórek 50g	50g	Ogórek 50g	50g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Margaryna miękka kubkowa	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				
	II	Kanapka bezglutenowa z dżemem 1 szt. *soja/+ziarna_sesam/	80g							
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
	Ryba soule b/g 100g *ryby/	100g	Ryba soule 100g *gluten/*ryby/	100g	Danie wegańskie 100g *gluten/*soja/	100g	Ryba w panierce 100g *gluten/*jaja/*ryby/	100g	Ryba w panierce 100g *gluten/*jaja/*ryby/	100g
	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g
	Surówka z zielonym ogórkiem 150g *mleko/	150g	Surówka z zielonym ogórkiem 150g *mleko/	150g	Marchewka mini gotowana 150g	150g	Marchewka mini gotowana 150g	150g	Marchewka mini gotowana 150g	150g
	Kompot	250g	Kompot	250g	Kompot	250g	Kompot	250g	Kompot	250g
Podwieczorek										
KOLACJA	Chleb bezglutenowy 100g *soja/+ziarna_sesam/	100g	Chleb pszenny 75g + chleb razowy 30g *gluten/	100g	Chleb pszenny 75g + chleb razowy 30g *gluten/	100g	Chleb pszenny 75g + chleb razowy 30g *gluten/	100g	Chleb pszenny 75g + chleb razowy 30g *gluten/	100g
	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g	Wędlina wegetariańska 90g	90g	Wędlina wegańska 90g	90g	indykiem 60g *gluten/	60g	indykiem 60g *gluten/	60g
	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 100g	100g	Pomidor 100g	100g
	Ogórek 50g	50g	Ogórek 50g	50g	Ogórek 50g	50g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g
	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g
	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g				
III	Banan 1szt.	120g	Banan 1szt.	120g	Banan 1szt.	120g	Banan 1szt.	120g	Banan 1szt.	120g
kcal	Energia	2115,8	Energia	2219,5	Energia	2251,3	Energia	2033,6	Energia	2036
g	Białko	122,38	Białko	88,182	Białko	64,082	Białko	90,818	Białko	96,818
g	Tłuszcz	68,161	Tłuszcz	83,169	Tłuszcz	85,164	Tłuszcz	70,375	Tłuszcz	71,335
g	Kwasy Nasycone	13,86	Kwasy Nasycone	41,943	Kwasy Nasycone	30,103	Kwasy Nasycone	12,083	Kwasy Nasycone	14,003
g	Węglowodany ogółem	256,3	Węglowodany ogółem	281,61	Węglowodany ogółem	302,28	Węglowodany ogółem	259,53	Węglowodany ogółem	252,57
g	W tym cukry	29,696	W tym cukry	25,32	W tym cukry	44,335	W tym cukry	39,915	W tym cukry	40,635
g	Błonnik pokarmowy	22,718	Błonnik pokarmowy	35,9	Błonnik pokarmowy	47,01	Błonnik pokarmowy	30,842	Błonnik pokarmowy	29,642
mg	Sód	415,76	Sód	1413,8	Sód	1431,9	Sód	1350,1	Sód	1350,1

**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

sobota 28 grudnia 2024

DIETA	Dieta Bezglutenowa		Dieta wegetariańska		Dieta wegańska		Dieta Bezmleczna		Dieta Bezlaktozowa	
SNIADANIE		Kasza jaglana na mleku 300ml *mleko/ 300g	Kasza jaglana na mleku 300ml *mleko/ 300g	Kasza jaglana na mleku 300ml *mleko/ 300g	Kasza jaglana na mleku roślinnym 300ml 300g	Zupa warzywna z kaszą jaglaną 300ml *seler/ 300g	Zupa warzywna z kaszą jaglaną 300ml *seler/ 300g			
		Chleb bezglutenowy 100g *soja/+ziarna_sesamul/	Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/	Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/	Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/	Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/	Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/	Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/		
		Szynka wiejska 60g *gluten/*soja/*seler/	Wędlina wegetariańska 90g 90g	Wędlina wegańska 90g 90g	Szynka wiejska 60g *gluten/*soja/*seler/	Szynka wiejska 60g *gluten/*soja/*seler/	Szynka wiejska 60g *gluten/*soja/*seler/	Szynka wiejska 60g *gluten/*soja/*seler/		
		Pomidor 50g 50g	Pomidor 50g 50g	Pomidor 50g 50g	Pomidor 50g 50g	Pomidor 50g 50g	Pomidor 50g 50g	Pomidor 50g 50g		
		Salata 30g 30g	Salata 30g 30g	Salata 30g 30g	Salata 30g 30g	Salata 30g 30g	Salata 30g 30g	Salata 30g 30g		
		masło 10g *mleko/ 10g	masło 10g *mleko/ 10g	Margaryna miękka kubkowa 10g	Margaryna miękka kubkowa 10g	Margaryna miękka kubkowa 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	Herbata z cytryną 250g	Herbata z cytryną 250g		
OBIAD		Zupa jarzynowa 350ml 350g	Zupa jarzynowa 350ml 350g	Zupa jarzynowa 350ml 350g	Zupa jarzynowa 350ml 350g	Zupa jarzynowa 350ml 350g	Zupa jarzynowa 350ml 350g			
		Gulasz drobiowy duszony b/m b/g 300g *seler/	Danie wegetariańskie 100g *gluten/*soja/	Danie wegańskie 100g *gluten/*soja/	Gulasz drobiowy duszony b/m b/g 300g *seler/	Gulasz drobiowy duszony b/m b/g 300g *seler/	Gulasz drobiowy duszony b/m b/g 300g *seler/			
		Kasza gryczana 180g 180g	Fasolka szparagowa gotowana 150g 150g	Kasza gryczana 180g 180g	Fasolka szparagowa gotowana 150g 150g	Kasza gryczana 180g 180g	Fasolka szparagowa gotowana 150g 150g			
		Kompot 250g	Kasza gryczana 180g 180g	Kompot 250g	Kompot 250g	Kompot 250g	Kompot 250g			
Podwieczorek										
KOLACJA		Chleb bezglutenowy 100g *soja/+ziarna_sesamul/	Chleb pszenny 75g + chleb razowy 30g *gluten/	Chleb pszenny 75g + chleb razowy 30g *gluten/	Chleb pszenny 75g + chleb razowy 30g *gluten/	Chleb pszenny 75g + chleb razowy 30g *gluten/	Chleb pszenny 75g + chleb razowy 30g *gluten/			
		Twaróg 100g *mleko/	Twaróg 100g *mleko/	Paszтет warzywny 113g *soja/*seler/*gorczyca/	Wędlina wegetariańska 90g 90g	Wędlina wegetariańska 90g 90g	Wędlina wegetariańska 90g 90g			
		Dżem 2 szt. 50g	Dżem 2 szt. 50g	Dżem 2 szt. 50g	Dżem 2 szt. 50g	Dżem 2 szt. 50g	Dżem 2 szt. 50g			
		Papryka 50g 50g	Papryka 50g 50g	Papryka 50g 50g	Papryka 50g 50g	Papryka 50g 50g	Papryka 50g 50g			
		Kiełki 5g 5g	Kiełki 5g 5g	Kiełki 5g 5g	Kiełki 5g 5g	Kiełki 5g 5g	Kiełki 5g 5g			
		masło 10g *mleko/ 10g	masło 10g *mleko/ 10g	Margaryna miękka kubkowa 10g	Margaryna miękka kubkowa 10g	Margaryna miękka kubkowa 10g	Margaryna miękka kubkowa 10g			
		Herbata owocowa 250g	Herbata owocowa 250g	Herbata owocowa 250g	Herbata owocowa 250g	Herbata owocowa 250g	Herbata owocowa 250g			
		Serek homogenizowany w tubce 1szt. *mleko/ 100g	Serek homogenizowany w tubce 1szt. *mleko/ 100g	Mus owocowy 1szt. 100g	Mus owocowy 1szt. 100g	Mus owocowy 1szt. 100g	Mus owocowy 1szt. 100g			
	kcal	Energia 1888,1	Energia 2286,9	Energia 2362,6	Energia 2047,3	Energia 2047,3	Energia 2047,3			
	g	Białko 104,81	Białko 88,081	Białko 69,508	Białko 94,977	Białko 94,977	Białko 94,977			
	g	Tłuszcz 52,041	Tłuszcz 76,516	Tłuszcz 90,511	Tłuszcz 52,971	Tłuszcz 52,971	Tłuszcz 52,971			
	g	Kwasy Nasycone 16,673	Kwasy Nasycone 37,163	Kwasy Nasycone 24,618	Kwasy Nasycone 18,228	Kwasy Nasycone 18,228	Kwasy Nasycone 18,228			
	g	Węglowodany ogółem 250,39	Węglowodany ogółem 303,04	Węglowodany ogółem 311,51	Węglowodany ogółem 303,73	Węglowodany ogółem 303,73	Węglowodany ogółem 303,73			
	g	W tym cukry 32,449	W tym cukry 27,134	W tym cukry 39,731	W tym cukry 33,404	W tym cukry 33,404	W tym cukry 33,404			
	g	Błonnik pokarmowy 27,784	Błonnik pokarmowy 36,919	Błonnik pokarmowy 42,079	Błonnik pokarmowy 37,999	Błonnik pokarmowy 37,999	Błonnik pokarmowy 38			
	mg	Sód 395,19	Sód 1131,1	Sód 1118,8	Sód 1425,2	Sód 1425,2	Sód 1425,2			

**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 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 29 grudnia 2024

DIETA	Dieta Bezglutenowa		Dieta wegetariańska		Dieta wegańska		Dieta Bezmleczna		Dieta Bezlaktozowa		
SNIADANIE	I	Kasza kukurydziana na mleku 300ml *mleko/	300g	Kasza kukurydziana na mleku 300ml *mleko/	300g	Kasza kukurydziana na mleku roślinnym 300ml	300g	Kasza kukurydziana na mleku roślinnym 300ml	300g	Kasza kukurydziana na mleku bez laktozy 300ml *mleko/	300g
		Chleb bezglutenowy 100g *soja/+ziarna_sesamu/	100g	Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/	50g	Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/	50g	Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/	50g	Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/	50g
		Domowa wędlina z indyka 60g	60g	Serek Śmietankowy 50g *mleko/	50g	Wędlina wegańska 90g	90g	Domowa wędlina z indyka 60g	60g	Domowa wędlina z indyka 60g	60g
		Serek Śmietankowy 50g *mleko/	50g	Wędlina wegetariańska 30g	30g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Pomidor 100g	100g	Masło bez laktozy 10g	10g
		Pomidor 100g	100g	Pomidor 100g	100g	Pomidor 100g	100g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Pomidor 100g	100g
		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									
OBIAD	I	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa pomidorowa z ryżem (w) 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa pomidorowa z ryżem (w) 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa pomidorowa z ryżem b/m 350ml *seler/	350g	Zupa pomidorowa z ryżem b/m 350ml *seler/	350g
		Roladka drobiowa z sosem szpinakowym 150g *jaja/*mleko/	150g	Danie wegetariańskie 100g *gluten/*soja/	100g	Danie wegańskie 100g *gluten/*soja/	100g	Roladka drobiowa ze szpinakiem pieczona 100g *jaja/	100g	Roladka drobiowa ze szpinakiem pieczona 100g *jaja/	100g
		Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g
		Surówka żydowska 150g	150g	Surówka żydowska 150g	150g	Surówka żydowska 150g	150g	Surówka żydowska 150g	150g	Surówka żydowska 150g	150g
		Kompot	250g	Kompot	250g	Kompot	250g	Kompot	250g	Kompot	250g
Podwiec zorek											
Kolaćca	I	Chleb bezglutenowy 50g *soja/+ziarna_sesamu/	50g	Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/	50g	Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/	50g	Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/	50g	Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/	50g
		Pasta z pieczonego dorsza *jaja/*ryby/*gorczyca/	100g	Pasta z pieczonego dorsza *jaja/*ryby/*gorczyca/	100g	Paszet warzywny 113g *soja/*seler/*gorczyca/	113g	Pasta z pieczonego dorsza *jaja/*ryby/*gorczyca/	100g	Pasta z pieczonego dorsza *jaja/*ryby/*gorczyca/	100g
		Ogórek 50g	50g	Ogórek 50g	50g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g
		Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	Ogórek 50g	50g	Ogórek 50g	50g	Ogórek 50g	50g
		masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	Salata 30g	30g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Masło bez laktozy 10g	10g
		Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g
		Gruszka 1szt.	120g	Gruszka 1szt.	120g	Gruszka 1szt.	120g	Gruszka 1szt.	120g	Gruszka 1szt.	120g
II	Mus owocowy 1szt.	100g	Mus owocowy 1szt.	100g	Mus owocowy 1szt.	100g	Mus owocowy 1szt.	100g	Mus owocowy 1szt.	100g	
kcal	Energia	1980,6	Energia	2043,7	Energia	2113,8	Energia	1932	Energia	1957	
g	Białko	110,23	Białko	79,677	Białko	52,591	Białko	103,01	Białko	109,13	
g	Tłuszcz	71,579	Tłuszcz	71,59	Tłuszcz	81,663	Tłuszcz	57,893	Tłuszcz	61,253	
g	Kwasy Nasycone	18,124	Kwasy Nasycone	22,558	Kwasy Nasycone	20,183	Kwasy Nasycone	5,5085	Kwasy Nasycone	18,828	
g	Węglowodany ogółem	227,15	Węglowodany ogółem	268,95	Węglowodany ogółem	288,21	Węglowodany ogółem	250,25	Węglowodany ogółem	243,41	
g	W tym cukry	29,032	W tym cukry	24,123	W tym cukry	35,405	W tym cukry	31,984	W tym cukry	32,844	
g	Błonnik pokarmowy	27,425	Błonnik pokarmowy	33,872	Błonnik pokarmowy	37,264	Błonnik pokarmowy	30,095	Błonnik pokarmowy	28,895	
mg	Sód	511	Sód	1222,2	Sód	992,7	Sód	1386,5	Sód	1362	

**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