

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie
DZIAŁ ŻYWIENIA
poniedziałek 09 grudnia 2024

DIETA		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa)		Dieta Niskotłuszczowa / Niskocholesterolowa		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta rozdrobniona		Dieta ubogoresztkowa	
I	SNIAĐANIE	Makaron na mleku 300ml *gluten/+soja/*mleko/	300g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g	Makaron na mleku 300ml *gluten/+soja/*mleko/	300g
		Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Pasta z polędwicy sopockiej 60g *jaja/*soja/*gorczyca/	60g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g
		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	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g
		Pomidor 100g	100g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 100g	100g	masło 10g *mleko/	10g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g
		masło 10g *mleko/	10g	Papryka 50g	50g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Herbata z cytryną	250g	masło 10g *mleko/	10g
		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
	Podwieczorek										
I	KOLACJA	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/	80g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g
		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	Pieczeń z indykiem 60g *gluten/	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			Kanapka razowa z polędwicą sopocką 1 szt. *gluten/*soja/	80g	Kanapka razowa z polędwicą sopocką 1 szt. *gluten/*soja/	80g	Kefir szt. *mleko/	200g	Kefir szt. *mleko/	200g	

kcal	Energia	2190,6	Energia	2148,1	Energia	2102,3	Energia	2173	Energia	2269,88
g	Białko	119,15	Białko	118,31	Białko	124,54	Białko	120,13	Białko	132,5471
g	Tłuszcz	92,322	Tłuszcz	86,087	Tłuszcz	75,712	Tłuszcz	99,912	Tłuszcz	92,667
g	Kwasy Nasycone	30,438	Kwasy Nasycone	30,173	Kwasy Nasycone	16,338	Kwasy Nasycone	29,678	Kwasy Nasycone	30,2982
g	Węglowodany ogółem	222,04	Węglowodany ogółem	221,51	Węglowodany ogółem	232,03	Węglowodany ogółem	197,67	Węglowodany ogółem	225,28839
g	W tym cukry	21,209	W tym cukry	19,829	W tym cukry	17,354	W tym cukry	34,439	W tym cukry	27,0542
g	Błonnik pokarmowy	20,853	Błonnik pokarmowy	29,379	Błonnik pokarmowy	21,223	Błonnik pokarmowy	22,458	Błonnik pokarmowy	23,8235
mg	Sód	1681,8	Sód	2179,1	Sód	2062,4	Sód	1963,4	Sód	1554,082

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 Żywnia.
 Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie

DZIAŁ ŻYWIENIA

wtorek 10 grudnia 2024

DIETA		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa)		Dieta Niskotłuszczowa / Niskocholesterolowa		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta rozdrobniona		Dieta ubogoresztkowa	
I	SNIAĐANIE	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 bez skórki 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g
		Schab pieczony 60g *gluten/*soja/*seler/	60g	Schab pieczony 60g *gluten/*soja/*seler/	60g	Schab pieczony 60g *gluten/*soja/*seler/	60g	Pasta ze schabu pieczonego 60g *gluten/*jaja/*soja/*seler/*gorczyca/	60g	Domowa wędlina z indyka 60g	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										
I	KOLACJA	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/	80g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g
		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	Pasta z szynki dębowej drobiowej 30g *jaja/*gorczyca/	30g	Szynka z kurczaka gotowanego 30g *jaja/*soja/*mleko/	30g
		Salata 30g	30g	Ogórek 50g	50g	Salata 30g	30g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g	Dynia gotowana 50g	50g
		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	1953,9	Energia	2049,4	Energia	2088,1	Energia	2124,5	Energia	2054,88
g	Białko	116,87	Białko	130,8	Białko	134,41	Białko	142,62	Białko	126,0294
g	Tłuszcz	57,058	Tłuszcz	73,053	Tłuszcz	72,768	Tłuszcz	78,845	Tłuszcz	60,494999
g	Kwasy Nasycone	16,598	Kwasy Nasycone	6,5192	Kwasy Nasycone	6,5382	Kwasy Nasycone	16,721	Kwasy Nasycone	16,8632
g	Węglowodany ogółem	240,31	Węglowodany ogółem	245,22	Węglowodany ogółem	259,81	Węglowodany ogółem	244,59	Węglowodany ogółem	249,605
g	W tym cukry	29,091	W tym cukry	21,076	W tym cukry	19,761	W tym cukry	40,151	W tym cukry	33,036
g	Błonnik pokarmowy	27,765	Błonnik pokarmowy	37,57	Błonnik pokarmowy	25,925	Błonnik pokarmowy	31,48	Błonnik pokarmowy	30,709
mg	Sód	1435,1	Sód	1470,1	Sód	1511,2	Sód	1452,4	Sód	1449,62

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupki; 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 Żywnia.

Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie
DZIAŁ ŻYWIENIA
środa 11 grudnia 2024

DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa)		Dieta Niskotłuszczowa / Niskocholesterolowa		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta rozdrobniona		Dieta ubogoresztkowa		
I	SNIAĐANIE	Platki jęczmienne na mleku 300ml *mleko/	300g	Kefir szt. *mleko/	200g	Kefir szt. *mleko/	200g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g
		Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Platki jęczmienne na mleku 300ml *mleko/	300g	Platki jęczmienne na mleku 300ml *mleko/	300g
		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	Paszтет drobiowy 100g *gluten/*jaja/*soja/*mleko/*seler/	100g	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g
		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				Skyr szt. *mleko/	140g	Skyr szt. *mleko/	140g	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											
I	KOLACJA	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/	80g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g
		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		Skyr szt. *mleko/	140g	Kanapka razowa z serem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g	Kanapka pszenna z twarogiem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g	Skyr szt. *mleko/	140g	Skyr szt. *mleko/	140g

kcal	Energia	2241,7	Energia	2300,1	Energia	2311,7	Energia	2315	Energia	2158,54
g	Białko	136,72	Białko	138,67	Białko	146,42	Białko	143,97	Białko	144,4745
g	Tłuszcz	96,846	Tłuszcz	99,624	Tłuszcz	92,709	Tłuszcz	96,909	Tłuszcz	83,133999
g	Kwasy Nasycone	28,462	Kwasy Nasycone	22,596	Kwasy Nasycone	17,792	Kwasy Nasycone	30,773	Kwasy Nasycone	26,8582
g	Węglowodany ogółem	251,2	Węglowodany ogółem	246,77	Węglowodany ogółem	267,3	Węglowodany ogółem	259,87	Węglowodany ogółem	251,3972
g	W tym cukry	11,35	W tym cukry	20,401	W tym cukry	20,979	W tym cukry	26,144	W tym cukry	16,9386
g	Błonnik pokarmowy	19,592	Błonnik pokarmowy	30,41	Błonnik pokarmowy	20,959	Błonnik pokarmowy	24,22	Błonnik pokarmowy	24,9945
mg	Sód	1507	Sód	1860,3	Sód	1759,8	Sód	1578,9	Sód	1670,422

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 Żywnia.
Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie

DZIAŁ ŻYWIENIA

czwartek 12 grudnia 2024

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

kcal	Energia	2409,2	Energia	2339,7	Energia	2438	Energia	2223,2	Energia	2409,16
g	Białko	104,08	Białko	113,55	Białko	122,78	Białko	111,63	Białko	104,0828
g	Tłuszcz	75,407	Tłuszcz	88,58	Tłuszcz	86,947	Tłuszcz	74,982	Tłuszcz	75,406999
g	Kwasy Nasycone	22,027	Kwasy Nasycone	7,2452	Kwasy Nasycone	10,942	Kwasy Nasycone	22,358	Kwasy Nasycone	22,0272
g	Węglowodany ogółem	320,7	Węglowodany ogółem	262,15	Węglowodany ogółem	282,35	Węglowodany ogółem	271,93	Węglowodany ogółem	320,701
g	W tym cukry	47,601	W tym cukry	17,986	W tym cukry	26,916	W tym cukry	54,764	W tym cukry	47,601
g	Błonnik pokarmowy	25,13	Błonnik pokarmowy	32,078	Błonnik pokarmowy	23,62	Błonnik pokarmowy	30,238	Błonnik pokarmowy	25,13
mg	Sód	671,4	Sód	1152,7	Sód	1310,3	Sód	1179,4	Sód	671,402

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 Żywnia.
 Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie

DZIAŁ ŻYWIENIA

piątek 13 grudnia 2024

DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa)		Dieta Niskotłuszczowa / Niskocholesterolowa		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta rozdrobniona		Dieta ubogoresztkowa	
I SNIADANIE	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g
	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Hummus gotowy 115g *ziarna_sezamu/	115g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g
	Hummus gotowy 115g *ziarna_sezamu/	115g	Hummus gotowy 115g *ziarna_sezamu/	115g	Hummus gotowy 115g *ziarna_sezamu/	115g	Pasta z piersi indyka 30g *jaja/*gorczyca/	30g	Hummus gotowy 115g *ziarna_sezamu/	115g
	Szynka z piersi indyka 30g	30g	Szynka z piersi indyka 30g	30g	Pomidor bez skóry 100g	100g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Szynka z piersi indyka 30g	30g
	Pomidor 100g	100g	Pomidor 50g	50g	Margaryna miękka kubkowa	10g	masło 10g *mleko/	10g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g
	masło 10g *mleko/	10g	Ogórek 50g	50g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	masło 10g *mleko/	10g
	Herbata z cytryną	250g	Margaryna miękka kubkowa	10g					Herbata z cytryną	250g
			Herbata z cytryną	250g						
	II			Serek wiejski 1 szt.	200g	Kanapka pszenna z połówką miodową 1 szt. *gluten/*soja/*seler/	80g	Serek wiejski 1 szt.	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
	Ryba duszona 100g w sosie po grecku 150g *gluten/*ryby/*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	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	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g
	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g
Podwieczorek										
I KOLACJA	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/	80g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g
	Szynka wiejska 60g	60g	Szynka wiejska 60g	60g	Szynka wiejska 60g	60g	Pasta z szynki wiejskiej 60g *jaja/*gorczyca/	60g	Domowa wędlina z indyka 60g	60g
	Mix sałat z pomidorkami	50g	Mix sałat z pomidorkami	50g	Mix sałat z pomidorkami	50g	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 owocowa	250g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g
II	Serek homogenizowany w tubce 1szt. *mleko/	100g	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	2409,5	Energia	2316,3	Energia	2195,2623
g	Białko	101,82	Białko	125,64	Białko	107,16	Białko	116,65	Białko	106,04995
g	Tłuszcz	80,088	Tłuszcz	90,478	Tłuszcz	85,378	Tłuszcz	93,353	Tłuszcz	76,608077
g	Kwasy Nasycone	15,787	Kwasy Nasycone	7,2032	Kwasy Nasycone	10,447	Kwasy Nasycone	15,776	Kwasy Nasycone	16,0712
g	Węglowodany ogółem	236,41	Węglowodany ogółem	232,62	Węglowodany ogółem	280,92	Węglowodany ogółem	222,63	Węglowodany ogółem	240,74429
g	W tym cukry	22,803	W tym cukry	17,388	W tym cukry	13,078	W tym cukry	31,418	W tym cukry	28,983332
g	Błonnik pokarmowy	27,241	Błonnik pokarmowy	37,026	Błonnik pokarmowy	30,361	Błonnik pokarmowy	29,324	Błonnik pokarmowy	30,091185
mg	Sód	1574,7	Sód	1855,7	Sód	1981,8	Sód	1545,2	Sód	1578,7628

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 Żywnia.

Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie

DZIAŁ ŻYWIENIA

sobota 14 grudnia 2024

DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa)		Dieta Niskotłuszczowa / Niskocholesterolowa		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta rozdrobniona		Dieta ubogoresztkowa		
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	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g	Bułka kajzerka 50g *gluten/	50g
		Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Twarożek z suszonymi pomidorami *mleko/	100g	Twarożek z suszonymi pomidorami *mleko/	100g	Twarożek z ziołami *mleko/	100g	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g
		Twarożek z suszonymi pomidorami *mleko/	100g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Twarożek z ziołami *mleko/	100g
		Pomidor 50g	50g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	masło 10g *mleko/	10g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g
		Salata 30g	30g	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			Jabłko 1szt.	180g	Jabłko pieczone 1szt.	180g	Skyr szt. *mleko/	140g		
		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
		Kociołek wieprzowy duszony z kolorowymi warzywami	250g	Kociołek wieprzowy duszony z kolorowymi warzywami	250g	Kociołek wieprzowy duszony z kolorowymi warzywami	250g	Kociołek wieprzowy duszony z kolorowymi warzywami	250g	Kociołek wieprzowy duszony z kolorowymi warzywami	250g
		Kasza jęczmienna 180g	180g	Kasza gryczana 150g	150g	Kasza jęczmienna 150g	150g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Kasza jęczmienna 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		
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 100g *soja/*seler/	100g	Kurczak w galarecie 100g *soja/*seler/	100g	Kurczak w galarecie 100g *soja/*seler/	100g	Pasta z kurczaka gotowanego 60g *jaja/*soja/*mleko/	60g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g
		Salata 30g	30g	Papryka 50g	50g	Salata 30g	30g	Pasta mięsna ze schabu białego 40g *jaja/*soja/*gorczyca/*mleko/	40g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g
		masło 10g *mleko/	10g	Salata 30g	30g	Margaryna miękka kubkowa	10g	gotowana rozdrobniona 100g	100g	masło 10g *mleko/	10g
		Herbata rumiankowa	250g	masło 10g *mleko/	10g	Herbata rumiankowa	250g	masło 10g *mleko/	10g	Herbata rumiankowa	250g
				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

	Energia	2262,6	Energia	2276,5	Energia	2168,2	Energia	2015,4	Energia	1968,27
kcal	Białko	106,84	Białko	128,63	Białko	111,78	Białko	138,23	Białko	116,2475
g	Tłuszcz	49,858	Tłuszcz	69,351	Tłuszcz	45,288	Tłuszcz	62,473	Tłuszcz	47,657999
g	Kwasy Nasycone	18,268	Kwasy Nasycone	16,291	Kwasy Nasycone	7,9427	Kwasy Nasycone	18,803	Kwasy Nasycone	18,1577
g	Węglowodany ogółem	265,35	Węglowodany ogółem	235,79	Węglowodany ogółem	246,61	Węglowodany ogółem	266,06	Węglowodany ogółem	272,3962
g	W tym cukry	26,451	W tym cukry	20,876	W tym cukry	14,576	W tym cukry	45,751	W tym cukry	40,260601
g	Błonnik pokarmowy	27,322	Błonnik pokarmowy	36,32	Błonnik pokarmowy	25,957	Błonnik pokarmowy	28,155	Błonnik pokarmowy	29,0025
mg	Sód	950,86	Sód	1412,1	Sód	1096,6	Sód	1198,4	Sód	1086,862

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 Żywnia.
 Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie

DZIAŁ ŻYWIENIA

niedziela 15 grudnia 2024

DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa)		Dieta Niskotłuszczowa / Niskocholesterolowa		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta rozdrobniona		Dieta ubogoresztkowa		
I	SNIAĐANIE	Płatki ryżowe na mleku 300ml *mleko/	300g	Serek wiejski 1 szt.	200g	Płatki ryżowe na mleku 300ml *mleko/	300g	Płatki ryżowe na mleku 300ml *mleko/	300g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g
		Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g	Płatki ryżowe na mleku 300ml *mleko/	300g
		Kielbaski białe 3 szt. *soja/	90g	Kielbaski białe 3 szt. *soja/	90g	Kielbaski białe 3 szt. *soja/	90g	Kielbaski białe 3 szt. *soja/	90g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g
		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 owocow-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g	Mus owocow-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g	Serek wiejski 1 szt.	200g		
OBIAD		Zupa żurek 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa żurek 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa żurek 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa żurek 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa żurek 350ml *mleko/*seler/	350g
		Kotlet z 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
Podwieczorek											
I	KOLACJA	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	pieczonego dorsza z jogurtem *jaja/*ryby/*mleko/*gorczy	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	2247,2	Energia	2447,1	Energia	2371,6	Energia	2400,8	Energia	2106,42
g	Białko	104,61	Białko	117,17	Białko	111,96	Białko	125,17	Białko	116,3908
g	Tłuszcz	95,844	Tłuszcz	112,17	Tłuszcz	89,589	Tłuszcz	105,67	Tłuszcz	77,299499
g	Kwasy Nasycone	27,622	Kwasy Nasycone	19,734	Kwasy Nasycone	23,13	Kwasy Nasycone	27,625	Kwasy Nasycone	20,295
g	Węglowodany ogółem	240,24	Węglowodany ogółem	235,58	Węglowodany ogółem	276,04	Węglowodany ogółem	233,26	Węglowodany ogółem	232,76049
g	W tym cukry	15,966	W tym cukry	23,571	W tym cukry	25,507	W tym cukry	25,861	W tym cukry	21,5015
g	Błonnik pokarmowy	29,082	Błonnik pokarmowy	30,808	Błonnik pokarmowy	30,525	Błonnik pokarmowy	30,407	Błonnik pokarmowy	30,717
mg	Sód	1392,2	Sód	1955,2	Sód	1710,9	Sód	1421,3	Sód	1379,681

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupiaki; 3. jaja; 5. orzechy ziemne; 6. soja; 7. mleko; 8. orzechy; 9. seler; 10. gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. lubin

(*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen. Sposób przygotowania: (g) - gotowane, (s) - smażone, (d) - duszone, (p) - pieczone, (gr) - grillowane

W uzasadnionych przypadkach 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 Żywnia.

Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko