

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie

DZIAŁ ŻYWIENIA

poniedziałek 27 stycznia 2025

DIETA		Dieta ubogoenergetyczna 1500 kcal		Dieta ubogoenergetyczna 1800 kcal		0		0		0		
SNIADANIE	I	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g							
		Chleb razowy 30g *gluten/	30g	Chleb razowy 30g *gluten/	30g							
		Szynka dębowa drobiowa 30g	30g	Szynka dębowa drobiowa 60g	60g							
		Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g							
		Ogórek kiszony 60g	60g	Ogórek kiszony 60g	60g							
		masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g							
		Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g							
	II											
				Mus owocow-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g							
	OBIAD		Zupa ziemniaczana z pomidorami (g) 350ml *seler/	350g	Zupa ziemniaczana z pomidorami (g) 350ml *seler/	350g						
			Pulpet wieprzowy (g) 100g *gluten/*jaja/	100g	Pulpet wieprzowy (g) 100g *gluten/*jaja/	100g						
			Kasza bulgur gotowana 100g *gluten/	100g	Kasza bulgur gotowana 100g *gluten/	100g						
			Surówka z buraków z cebulką 150g	150g	Surówka z buraków z cebulką 150g	150g						
			Kompot	250g	Kompot	250g						
Podwieczorek												
KOLACJA	I	Chleb razowy 30g *gluten/	30g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g							
		Filet wędzony z indyka 60g	60g	Filet wędzony z indyka 60g	60g							
		Ser twarogowy topiony 1szt *mleko/	17g	Ser twarogowy topiony 1szt *mleko/	17g							
		Rzodkiewka 50g	50g	Rzodkiewka 50g	50g							
		Rukola 20g	20g	Rukola 20g	20g							
		masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g							
		Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g							
	II											
			Sok wielowarzywny 300ml	300g	Sok wielowarzywny 300ml	300g						
kcal	Energia	1509	Energia	1703,3								
g	Białko	86,375	Białko	95,305								
g	Tłuszcz	59,083	Tłuszcz	64,053								
g	Kwasy Nasycone	20,308	Kwasy Nasycone	23,108								
g	Węglowodany ogółem	155,63	Węglowodany ogółem	182,05								
g	W tym cukry	15,183	W tym cukry	24,573								
g	Błonnik pokarmowy	24,106	Błonnik pokarmowy	27,486								
mg	Sód	1211,1	Sód	1348,2								

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 Żywienia.
 Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie

DZIAŁ ŻYWIENIA

wtorek 28 stycznia 2025

DIETA		Dieta ubogoenergetyczna 1500 kcal		Dieta ubogoenergetyczna 1800 kcal		0		0		0		
SNIADANIE	I	Kefir szt. *mleko/	200g	Kefir szt. *mleko/	200g							
		Chleb razowy 30g *gluten/	30g	Chleb razowy 30g *gluten/	30g							
		Szynka z piersi indyka 60g	60g	Szynka z piersi indyka 60g	60g							
		Mix sałat z pomidorkami i pesto	60g	Mix sałat z pomidorkami i pesto	60g							
		masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g							
		Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g							
	II											
OBIAD	Zupa krem z białych warzyw (g) 350ml *soja/*mleko/*seler/	350g	Zupa krem z białych warzyw (g) 350ml *soja/*mleko/*seler/	350g								
	Sos bolognese duszony z warzywami i mięsem *seler/	250g	Sos bolognese duszony z warzywami i mięsem *seler/	250g								
	Makaron pełnoziarnisty 100g *gluten/+soja/	100g	Makaron pełnoziarnisty 100g *gluten/+soja/	100g								
	Kompot	250g	Kompot	250g								
	Gruszka 1szt.	120g	Gruszka 1szt.	120g								
Podwieczorek												
KOLACJA	I	Chleb razowy 30g *gluten/	30g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g							
		Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g	Paszтет warzywny 1szt. *soja/*gorczyca/	113g							
		Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g							
		ogórek kiszony 60g	60g	ogórek kiszony 60g	60g							
		masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g							
		Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g							
	II	Skyr smakowy szt. *mleko/	140g	Skyr smakowy szt. *mleko/	140g							
kcal	Energia	1566,9	Energia	1799,8								
g	Białko	112,83	Białko	97,856								
g	Tłuszcz	57,192	Tłuszcz	79,443								
g	Kwasy Nasycone	19,897	Kwasy Nasycone	35,277								
g	Węglowodany ogółem	154,55	Węglowodany ogółem	175,2								
g	W tym cukry	28,82	W tym cukry	30,27								
g	Błonnik pokarmowy	23,479	Błonnik pokarmowy	28,019								
mg	Sód	1426,9	Sód	1520								

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 29 stycznia 2025

DIETA		Dieta ubogoenergetyczna 1500 kcal		Dieta ubogoenergetyczna 1800 kcal		0		0		0		
SNIADANIE	I	Bułka razowa 70g *gluten/	70g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g							
		Polędwica sopocka 30g *soja/	30g	Bułka razowa 70g *gluten/	70g							
		Rzodkiewka 50g	50g	Polędwica sopocka 60g *soja/	60g							
		Pomidor 50g	50g	Rzodkiewka 50g	50g							
		masło 10g *mleko/	10g	Pomidor 50g	50g							
		Herbata z cytryną	250g	masło 10g *mleko/	10g							
				Herbata z cytryną	250g							
	II											
OBIAD	Barszcz czerwony (g) 350ml *mleko/*seler/	350g	Barszcz czerwony (g) 350ml *mleko/*seler/	350g								
	Kotlet pożarski pieczony 100g *gluten/*jaja/*mleko/	100g	Kotlet pożarski pieczony 100g *gluten/*jaja/*mleko/	100g								
	Ziemniaki gotowane 100g	100g	Ziemniaki gotowane 100g	100g								
	Marchewka mini gotowana 150g	150g	Marchewka mini gotowana 150g	150g								
	Kompot	250g	Kompot	250g								
Podwieczorek												
KOLACJA	I	Chleb razowy 30g *gluten/	30g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g							
		Kiełbaski białe 2 szt. *soja/	60g	Kiełbaski białe 2 szt. *soja/	60g							
		Ketchup 1 szt.	1g	Ketchup 1 szt.	1g							
		Papryka 50g	50g	Papryka 50g	50g							
		Salata 30g	30g	Salata 30g	30g							
		masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g							
		Herbata malinowa	250g	Herbata malinowa	250g							
	II	Mus owocowo- jogurtowy 1szt. *mleko/	100g	Mus owocowo- jogurtowy 1szt. *mleko/	100g							
kcal	Energia	1534,9	Energia	1734,1								
g	Białko	71,916	Białko	85,896								
g	Tłuszcz	71,066	Tłuszcz	75,416								
g	Kwasy Nasycone	24,424	Kwasy Nasycone	24,784								
g	Węglowodany ogółem	154,01	Węglowodany ogółem	178,91								
g	W tym cukry	24,325	W tym cukry	26,575								
g	Błonnik pokarmowy	25,875	Błonnik pokarmowy	28,155								
mg	Sód	1134,6	Sód	1549,2								

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

czwartek 30 stycznia 2025

DIETA		Dieta ubogoenergetyczna 1500 kcal		Dieta ubogoenergetyczna 1800 kcal		0		0		0	
SNIADANIE	I	Serek wiejski 1 szt.	200g	Serek wiejski 1 szt.	200g						
		Chleb razowy 30g *gluten/	30g	Chleb razowy 30g *gluten/	30g						
		Kiełbasa krotoszyńska 30g *soja/	30g	Kiełbasa krotoszyńska 60g *soja/	60g						
		Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g						
		Szpinak baby 20g	20g	Szpinak baby 20g	20g						
		masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g						
		Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g						
	II										
				Kefir szt. *mleko/	200g						
	OBIAD	Zupa koperkowa z ziemniakami (g) 350ml *seler/	350g	Zupa koperkowa z ziemniakami (g) 350ml *seler/	350g						
		Strogonow ze schabu duszony z warzywami 250g *gluten/	250g	Strogonow ze schabu duszony z warzywami 250g *gluten/	250g						
		Ryż al dente 100g	100g	Ryż al dente 100g	100g						
		Jabłko 1szt.	180g	Jabłko 1szt.	180g						
		Kompot	250g	Kompot	250g						
Podwieczorek											
KOLACJA	I	Chleb razowy 30g *gluten/	30g	Chleb razowy 30g *gluten/	30g						
		Salatka jarzynowa 100g *jaja/*gorczyca/	200g	Salatka jarzynowa 200g *jaja/*gorczyca/	200g						
		masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g						
		Herbata miętowa	250g	Herbata miętowa	250g						
	II										
		Serek homogenizowany waniliowy 1 szt. *mleko/	150g	Serek homogenizowany waniliowy 1 szt. *mleko/	150g						
kcal	Energia	1719,3	Energia	2025,2							
g	Białko	85,654	Białko	98,254							
g	Tłuszcz	74,823	Tłuszcz	93,423							
g	Kwasy Nasycone	15,584	Kwasy Nasycone	20,045							
g	Węglowodany ogółem	176,12	Węglowodany ogółem	196,94							
g	W tym cukry	35,854	W tym cukry	44,634							
g	Błonnik pokarmowy	22,646	Błonnik pokarmowy	23,946							
mg	Sód	652,41	Sód	729,21							

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 31 stycznia 2025

DIETA		Dieta ubogoenergetyczna 1500 kcal		Dieta ubogoenergetyczna 1800 kcal		0		0		0	
SNIADANIE	I	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Serek homogenizowany 1 szt. *mleko/	150g						
		Chleb razowy 30g *gluten/	30g	Bułka razowa 70g *gluten/	70g						
		Parówki cielęce 2 szt. *gorczyca/	60g	Parówki cielęce 3 szt. *gorczyca/	90g						
		Ketchup 1 szt.	1g	Ketchup 1 szt.	1g						
		Rzodkiewka 50g	50g	Rzodkiewka 50g	50g						
		Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g						
		masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g						
		Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g						
OBIAD	Zupa krupnik (g) 350ml *seler/	350g	Zupa krupnik (g) 350ml *seler/	350g							
	Ryba soute 100g *gluten/*ryby/	100g	Ryba soute 100g *gluten/*ryby/	100g							
	Ziemniaki gotowane 100g	100g	Ziemniaki gotowane 100g	100g							
	Surówka z zielonym ogórkiem 150g *mleko/	150g	Surówka z zielonym ogórkiem 150g *mleko/	150g							
	Kompot	250g	Kompot	250g							
Podwieczorek											
KOLACJA	I	Chleb razowy 30g *gluten/	30g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g						
		Pieczeń z indykiem 60g *gluten/	60g	Pieczeń z indykiem 60g *gluten/	60g						
		Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g						
		Ogórek 50g	50g	Ogórek 50g	50g						
		masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g						
		Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g						
II	Banan 1szt.	120g	Banan 1szt.	120g							
kcal	Energia	1515,6	Energia	1844,6							
g	Białko	80,158	Białko	100,45							
g	Tłuszcz	57,241	Tłuszcz	77,124							
g	Kwasy Nasycone	18,934	Kwasy Nasycone	21,112							
g	Węglowodany ogółem	174,95	Węglowodany ogółem	193,81							
g	W tym cukry	21,815	W tym cukry	22,265							
g	Błonnik pokarmowy	21,102	Błonnik pokarmowy	23,625							
mg	Sód	805,1	Sód	967,1							

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 Żywności.
Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie

DZIAŁ ŻYWIENIA

sobota 01 lutego 2025

DIETA		Dieta ubogoenergetyczna 1500 kcal		Dieta ubogoenergetyczna 1800 kcal		0		0		0		
SNIADANIE	I	Kefir szt. *mleko/	200g	Kefir szt. *mleko/	200g							
		Chleb razowy 30g *gluten/	30g	Chleb razowy 30g *gluten/	30g							
		Szynka wiejska 30g *gluten/*soja/*seler/	30g	Szynka wiejska 30g *gluten/*soja/*seler/	30g							
		Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g							
		Salata 30g	30g	Salata 30g	30g							
		masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g							
		Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g							
	II				Serek wiejski 1 szt.	200g						
OBIAD		Zupa jarzynowa (g) 350ml	350g	Zupa jarzynowa (g) 350ml	350g							
		Gulasz drobiowy duszony 150g *gluten/*mleko/*seler/	150g	Gulasz drobiowy duszony 150g *gluten/*mleko/*seler/	150g							
		Kasza gryczana 100g	150g	Kasza gryczana 100g	150g							
		Surówka z buraków z cebulką 150g	150g	Surówka z buraków z cebulką 150g	150g							
		Kompot	250g	Kompot	250g							
Podwieczorek												
KOLACJA	I	Chleb razowy 30g *gluten/	30g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g							
		Twaróg 100g *mleko/	100g	Twaróg 100g *mleko/	100g							
		Papryka 50g	50g	Papryka 50g	50g							
		Kiełki	5g	Kiełki	5g							
		masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g							
		Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g							
	II											
			Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g	Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g						
kcal	Energia	1431,4	Energia	1701,3								
g	Białko	93,486	Białko	117,32								
g	Tłuszcz	48,258	Tłuszcz	58,708								
g	Kwasy Nasycone	16,803	Kwasy Nasycone	16,893								
g	Węglowodany ogółem	155,96	Węglowodany ogółem	174,96								
g	W tym cukry	25,144	W tym cukry	29,594								
g	Błonnik pokarmowy	21,668	Błonnik pokarmowy	23,948								
mg	Sód	711,38	Sód	988,48								

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. łubin
(*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen. Sposób przygotowania: (g) - gotowane, (s) - smażone, (d) - duszone, (p) - pieczone, (gr) - grillowane
W uzasadnionych przypadkach zastrzegamy możliwość wymiany zaplanowanych w 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 02 lutego 2025

DIETA		Dieta ubogoenergetyczna 1500 kcal		Dieta ubogoenergetyczna 1800 kcal		0		0		0																																																																																																	
I	SNIADANIE	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g																																																																																																						
		Chleb razowy 30g *gluten/	30g	Chleb razowy 30g *gluten/	30g																																																																																																						
		Szynka zapiekana na maśle 60g *mleko/	60g	Szynka zapiekana na maśle 60g *mleko/	60g																																																																																																						
		masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g																																																																																																						
		Pomidor 100g	100g	Pomidor 100g	100g																																																																																																						
		Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g																																																																																																						
	II				Mus owocowy 1szt.	100g																																																																																																					
	OBIAD	Zupa pomidorowa z ryżem (g) 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa pomidorowa z ryżem (g) 350ml *mleko/*seler/	350g																																																																																																						
		Roladka drobiowa z sosem szpinakowym (d) 150g *jaja/*mleko/	150g	Roladka drobiowa z sosem szpinakowym (d) 150g *jaja/*mleko/	150g																																																																																																						
		Ziemniaki gotowane 100g	100g	Ziemniaki gotowane 100g	100g																																																																																																						
		Gotowane warzywa 150g *seler/	150g	Surówka żydowska 150g	150g																																																																																																						
Kompot		250g	Kompot	250g																																																																																																							
Podwieczorek																																																																																																											
I	KOLACJA	Chleb razowy 30g *gluten/	30g	Chleb razowy 30g *gluten/	30g																																																																																																						
		Pasta z pieczonego dorsza *jaja/*ryby/*gorczyca/	100g	Pasta z pieczonego dorsza *jaja/*ryby/*gorczyca/	100g																																																																																																						
		Ogórek 50g	50g	Ogórek 50g	50g																																																																																																						
		Salata 30g	30g	Salata 30g	30g																																																																																																						
		Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g																																																																																																						
		Mandarynka 2szt.	130g	Mandarynka 2szt.	130g																																																																																																						
	II		Mus owocowy 1szt.	100g	Kanapka razowa z serem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g																																																																																																					
<table border="1"> <tr> <td>kcal</td> <td>Energia</td> <td>1453,7</td> <td>Energia</td> <td>1767,8</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>g</td> <td>Białko</td> <td>94,849</td> <td>Białko</td> <td>101,47</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>g</td> <td>Tłuszcz</td> <td>53,778</td> <td>Tłuszcz</td> <td>64,948</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>g</td> <td>Kwasy Nasycone</td> <td>10,963</td> <td>Kwasy Nasycone</td> <td>16,331</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>g</td> <td>Węglowodany ogółem</td> <td>146,25</td> <td>Węglowodany ogółem</td> <td>191,22</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>g</td> <td>W tym cukry</td> <td>32,407</td> <td>W tym cukry</td> <td>29,042</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>g</td> <td>Błonnik pokarmowy</td> <td>24,14</td> <td>Błonnik pokarmowy</td> <td>27,725</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>mg</td> <td>Sód</td> <td>923,54</td> <td>Sód</td> <td>1346,1</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>												kcal	Energia	1453,7	Energia	1767,8								g	Białko	94,849	Białko	101,47								g	Tłuszcz	53,778	Tłuszcz	64,948								g	Kwasy Nasycone	10,963	Kwasy Nasycone	16,331								g	Węglowodany ogółem	146,25	Węglowodany ogółem	191,22								g	W tym cukry	32,407	W tym cukry	29,042								g	Błonnik pokarmowy	24,14	Błonnik pokarmowy	27,725								mg	Sód	923,54	Sód	1346,1							
kcal	Energia	1453,7	Energia	1767,8																																																																																																							
g	Białko	94,849	Białko	101,47																																																																																																							
g	Tłuszcz	53,778	Tłuszcz	64,948																																																																																																							
g	Kwasy Nasycone	10,963	Kwasy Nasycone	16,331																																																																																																							
g	Węglowodany ogółem	146,25	Węglowodany ogółem	191,22																																																																																																							
g	W tym cukry	32,407	W tym cukry	29,042																																																																																																							
g	Błonnik pokarmowy	24,14	Błonnik pokarmowy	27,725																																																																																																							
mg	Sód	923,54	Sód	1346,1																																																																																																							

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 Żywności.
 Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko