

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie												
DZIAŁ ŻYWIENIA												
poniedziałek 17 lutego 2025												
DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa)		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta Niskotłuszczowa / Niskocholesterolowa		Dieta rozdrobniona		Dieta ubogoresztkowa			
SNIADANIE	I	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 pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Pasta z białek jaj z jogurtem *jaja/*mleko/	100g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	
		Jajko gotowane 2 szt. *jaja/	140g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g	Hummus gotowy 115g *ziarna_sozamu/	115g	Pasta ze schabu pieczonego 60g *gluten/*jaja/*soja/*seler/*gorczyca/	60g	Pasta z białek jaj z jogurtem *jaja/*mleko/	100g	
		Schab pieczony 30g *mleko/	30g	Schab pieczony 30g *mleko/	30g	Schab pieczony 30g *mleko/	30g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g	
		Pomidor 100g	100g	Pomidor 100g	100g	Pomidor 50g	50g	masło 10g *mleko/	10g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	
		masło 10g *mleko/	10g	Margaryna 10g	10g	Papryka 50g	50g	Herbata z cytryną	250g	masło 10g *mleko/	10g	
		Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Margaryna 10g	10g			Herbata z cytryną	250g	
						Herbata z cytryną	250g					
II			Kefir szt. *mleko/	200g	Kefir szt. *mleko/	200g	Jogurt smakowy szt. *mleko/	150g				
OBIAD	I	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 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	
		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												
Kolejcia	I	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	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 indykiem 60g *gluten/*jaja/*gorczyca/	60g	Pieczeń z indykiem 60g *gluten/	60g	
		Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Ogórek kiszony 60g	60g	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	Margaryna 10g	10g	Margaryna 10g	10g	Herbata miętowa	250g	Herbata miętowa	250g	
		Herbata rumiankowa	250g	Herbata miętowa	250g	Herbata miętowa	250g					
II	Jogurt smakowy szt. *mleko/	150g	Kanapka razowa z poledwicą sopocką 1 szt. *gluten/*soja/	80g	Kanapka razowa z poledwicą sopocką 1 szt. *gluten/*soja/	80g	Mus owocowy 1szt.	100g	Jogurt smakowy szt. *mleko/	150g		
		kcal	Energia	2164,7	Energia	2133,5	Energia	2343,4	Energia	2064,2	Energia	2231
		g	Białko	116,7	Białko	125,03	Białko	108,77	Białko	110,45	Białko	129,65
		g	Tłuszcz	91,172	Tłuszcz	79,062	Tłuszcz	93,007	Tłuszcz	90,212	Tłuszcz	90,167
		g	Kwasy Nasycone	28,758	Kwasy Nasycone	17,058	Kwasy Nasycone	19,223	Kwasy Nasycone	24,203	Kwasy Nasycone	27,898
		g	Węglowodany ogółem	220,48	Węglowodany ogółem	231,67	Węglowodany ogółem	235,2	Węglowodany ogółem	198,96	Węglowodany ogółem	224,09
		g	W tym cukry	15,429	W tym cukry	17,174	W tym cukry	21,374	W tym cukry	33,089	W tym cukry	21,454
		g	Błonnik pokarmowy	21,153	Błonnik pokarmowy	21,223	Błonnik pokarmowy	34,784	Błonnik pokarmowy	24,456	Błonnik pokarmowy	24,123
		mg	Sód	1378,3	Sód	1787,7	Sód	1741,1	Sód	1460,5	Sód	1525

**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; (x) 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 18 lutego 2025

DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa)		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta Niskotłuszczowa / Niskocholesterolowa		Dieta rozdrobniona		Dieta ubogoresztkowa		
SNIADANIE	I	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 pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g
		Schab pieczony 60g *mleko/	60g	Schab pieczony 60g *mleko/	60g	Schab pieczony 60g *mleko/	60g	Pasta ze schabu pieczonego 60g *jaja/*mleko/*gorczyca/	60g	Domowa wędlina z indyka 60g	60g
		Pomidor 100g	100g	Pomidor 100g	100g	Rzodkiewka 50g	50g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g
		masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Pomidor 50g	50g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
		Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g
						Herbata z cytryną	250g				
	II		Jabłko 1szt.	180g	Jabłko 1szt.	180g	Skyr szt. *mleko/	140g			
OBIAD	Zupa dyniowa 350ml *mleko/	350g	Zupa dyniowa 350ml *mleko/	350g	Zupa dyniowa 350ml *mleko/	350g	Zupa dyniowa 350ml *mleko/	350g	Zupa dyniowa 350ml *mleko/	350g	
	Filet z kurczaka soute 100g *gluten/	100g	Filet z kurczaka soute 100g *gluten/	100g	Filet z kurczaka soute 100g *gluten/	100g	Filet z kurczaka duszony w sosie 100g *gluten/	100g	Filet z kurczaka duszony w sosie 100g *gluten/	100g	
	Kasza bulgur gotowana 180g *gluten/	180g	Kasza bulgur gotowana 150g *gluten/	150g	Kasza bulgur gotowana 150g *gluten/	150g	Sos koperkowy 80g *gluten/*mleko/*seler/	80g	Sos koperkowy 80g *gluten/*mleko/*seler/	80g	
	Tarte buraczki 150g	150g	Surówka z buraków z cebulką 150g	150g	Surówka z buraków z cebulką 150g	150g	Kasza bulgur gotowana 180g *gluten/	180g	Kasza bulgur gotowana 180g *gluten/	180g	
	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Tarte buraczki 150g	150g	Tarte buraczki 150g	150g	
							Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	
Podwieczorek											
Kolacja	I	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	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 *mleko/	30g	Szynka z kurczaka gotowanego 30g *mleko/	30g	Szynka z kurczaka gotowanego 30g *mleko/	30g	Pasta z szynki z kurczaka gotowanego 30g *jaja/*mleko/*gorczyca/	30g	Szynka z kurczaka gotowanego 30g *mleko/	30g
		Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	Ogórek 50g	50g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g	Dynia gotowana 50g	50g
		masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Salata 30g	30g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
		Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g
						Herbata owocowa	250g				
	II	Sok wielowarzywny 300ml	300g	Kanapka pszenna z szynką wiejską 1 szt. *gluten/	80g	Kanapka razowa z szynką wiejską 1 szt. *gluten/	80g	Sok wielowarzywny 300ml	300g	Sok wielowarzywny 300ml	300g

	kcal	Energia	1989,9	Energia	2124,1	Energia	2085,4	Energia	2172,8	Energia	2054
g	Białko	119,22	Białko	136,76	Białko	133,15	Białko	146,32	Białko	125,63	
g	Tłuszcz	60,813	Tłuszcz	76,523	Tłuszcz	76,808	Tłuszcz	83,255	Tłuszcz	60,575	
g	Kwasy Nasycone	18,428	Kwasy Nasycone	8,3682	Kwasy Nasycone	8,3492	Kwasy Nasycone	18,931	Kwasy Nasycone	16,943	
g	Węglowodany ogółem	239,67	Węglowodany ogółem	259,17	Węglowodany ogółem	244,58	Węglowodany ogółem	244,43	Węglowodany ogółem	249,32	
g	W tym cukry	28,981	W tym cukry	19,651	W tym cukry	20,966	W tym cukry	40,031	W tym cukry	32,956	
g	Błonnik pokarmowy	27,765	Błonnik pokarmowy	25,925	Błonnik pokarmowy	37,57	Błonnik pokarmowy	31,48	Błonnik pokarmowy	30,709	
mg	Sód	1379,7	Sód	1455,8	Sód	1414,7	Sód	1385,7	Sód	1450	

**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. dwulfenek 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 19 lutego 2025

DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa)	Dieta cukrzycowa wątrobowa	Dieta Niskotłuszczowa / Niskocholesterolowa	Dieta rozdrobniona	Dieta ubogoresztkowa	
SNIADANIE	Płatki 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 pszenny 75g *gluten/ 75g	Chleb razowy 60g *gluten/ 60g	Płatki jęczmienne na mleku 300ml *mleko/ 300g	Płatki jęczmienne na mleku 300ml *mleko/ 300g
	Filet wędzony z indyka 60g	60g	Filet wędzony z indyka 60g 60g	Filet wędzony z indyka 60g 60g	Pasta z fileta z indyka 60g *jaja/*gorczyca/ 60g	Domowa wędlina wieprzowa 60g 60g
	Mix sałat z pomidorkami i oliwą	60g	Mix sałat z oliwą 60g	Mix sałat z pomidorkami, ciecierzycą i oliwą 60g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g 100g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g 100g
	Oliwki zielone 5 szt.	20g	Oliwki zielone 5 szt. 20g	Oliwki zielone 5 szt. 20g	Oliwki zielone 5 szt. 20g	masło 10g *mleko/ 10g
	masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa 10g	Margaryna miękka kubkowa 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	Sos pomidorowy 80g *gluten/*mleko/*seler/ 80g	Ziemniaki gotowane 150g 150g	Sos pomidorowy 80g *gluten/*mleko/*seler/ 80g	Sos pomidorowy 80g *gluten/*mleko/*seler/ 80g
	Kompot 250ml	250g	Ziemniaki gotowane 150g 150g	Kompot 250ml 250g	Ziemniaki gotowane puree 180g 180g	Ziemniaki gotowane puree 180g 180g
			Kompot 250ml 250g		Kompot 250ml 250g	Kompot 250ml 250g
Podwieczorek						
Kolejca	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/ 100g	Chleb razowy 90g *gluten/ 90g	Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/ 80g	Chleb pszenny 100g *gluten/ 100g
	Pasta z jaj *jaja/*mleko/*gorczyca/	100g	Pasta z białek jaj z jogurtem *jaja/*mleko/ 100g	Pasta z jaj ze szpinakiem *jaja/*mleko/*gorczyca/ 100g	Pasta z jaj *jaja/*mleko/*gorczyca/ 100g	Pasta z jaj *jaja/*mleko/*gorczyca/ 100g
	Pomidor 100g	100g	Pomidor 100g 100g	Pomidor 50g 50g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g 100g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g 100g
	masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa 10g	Papryka 50g 50g	masło 10g *mleko/ 10g	masło 10g *mleko/ 10g
	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa 250g	Margaryna miękka kubkowa 10g	Herbata rumiankowa 250g	Herbata rumiankowa 250g
				Herbata rumiankowa 250g		
	II	Skyr szt. *mleko/ 140g	Kanapka pszenna z twarogiem 1 szt. *gluten/*mleko/ 80g	Kanapka razowa z serem 1 szt. *gluten/*mleko/ 80g	Skyr szt. *mleko/ 140g	Skyr szt. *mleko/ 140g

kcal	Energja	2078,7	Energja	2143,9	Energja	2165,9	Energja	2178	Energja	2159
g	Białko	131,37	Białko	140,85	Białko	133,89	Białko	139,52	Białko	144,47
g	Tłuszcz	86,206	Tłuszcz	82,019	Tłuszcz	91,209	Tłuszcz	88,719	Tłuszcz	83,134
g	Kwasy Nasycone	25,162	Kwasy Nasycone	14,492	Kwasy Nasycone	19,326	Kwasy Nasycone	27,473	Kwasy Nasycone	26,858
g	Węglowodany ogółem	239,99	Węglowodany ogółem	255,07	Węglowodany ogółem	236,91	Węglowodany ogółem	248,75	Węglowodany ogółem	251,4
g	W tym cukry	10,01	W tym cukry	19,614	W tym cukry	19,061	W tym cukry	24,869	W tym cukry	16,939
g	Błonnik pokarmowy	20,072	Błonnik pokarmowy	21,139	Błonnik pokarmowy	30,89	Błonnik pokarmowy	24,703	Błonnik pokarmowy	24,994
mg	Sód	2415,4	Sód	2666,2	Sód	2768,7	Sód	2529,8	Sód	1670

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 20 lutego 2025											
DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żółtkowego (wrzodowa)			Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta Niskotłuszczowa / Niskocholesterolowa		Dieta rozdrobniona		Dieta ubogoresztkowa	
SNIADANIE	I	Kasza jaglana na mleku 300ml *mleko/	300g	Serek homogenizowany 1 szt. *mleko/	150g	Serek homogenizowany 1 szt. *mleko/	150g	Kasza jaglana na mleku 300ml *mleko/	300g	Kasza jaglana na mleku 300ml *mleko/	300g
		Rogal pszenny 80g *gluten/	70g	Rogal pszenny 80g *gluten/	70g	Bułka razowa 70g *gluten/	70g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g	Rogal pszenny 80g *gluten/	70g
		Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Twaróg 100g *mleko/	100g	Twaróg 100g *mleko/	100g	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g
		Twaróg 100g *mleko/	100g	Twaróg 100g *mleko/	100g	Ogórek 50g	50g	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
SNIADANIE	II			Kanapka pszenna z twarogiem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g	Gruszka 1szt.	120g	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 z mięsem 5 szt.	125g	Pierogi ze szpinakiem 10 szt. *gluten/*mleko/	200g	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
OBIAD	I			Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g						
		Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Chleb razowy 30g *gluten/	30g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g
		Salatka z kaszą bulgur, s. pomidorami i kurczakiem *gluten/*gorczyca/	250g	Salatka z kaszą bulgur, s. pomidorami i kurczakiem *gluten/*gorczyca/	250g	Salatka (c) z k. bulgur, s. pom., ciecierz, kurczka *gluten/*gorczyca/	250g	Pasta z kurczaka 100g *jaja/*mleko/*gorczyca/	250g	Salatka z kaszą bulgur, s. pomidorami i kurczakiem *gluten/*gorczyca/	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		
OBIAD	II	Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g	Kanapka pszenna z połówką sopocką 1 szt. *gluten/*soja/	80g	Kanapka razowa z jajkiem 1szt. *gluten/*jaja/*gorczyca/	100g	Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g	Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g

	kcal	Energia	2427,6	Energia	2518,4	Energia	2339,7	Energia	2223,2	Energia	2428
g	Białko	104,41	Białko	124,91	Białko	113,55	Białko	111,63	Białko	104,41	
g	Tłuszcz	75,232	Tłuszcz	87,097	Tłuszcz	88,58	Tłuszcz	74,982	Tłuszcz	75,232	
g	Kwasy Nasycone	21,752	Kwasy Nasycone	10,742	Kwasy Nasycone	7,2452	Kwasy Nasycone	22,358	Kwasy Nasycone	21,752	
g	Węglowodany ogółem	326,84	Węglowodany ogółem	301,51	Węglowodany ogółem	262,15	Węglowodany ogółem	271,93	Węglowodany ogółem	326,84	
g	W tym cukry	47,436	W tym cukry	26,976	W tym cukry	17,986	W tym cukry	54,764	W tym cukry	47,436	
g	Błonnik pokarmowy	24,545	Błonnik pokarmowy	23,81	Błonnik pokarmowy	32,078	Błonnik pokarmowy	30,238	Błonnik pokarmowy	24,545	
mg	Sód	815,9	Sód	1563,3	Sód	1152,7	Sód	1179,4	Sód	815,9	

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 Żywienia.

Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie											
DZIAŁ ŻYWIENIA											
piątek 21 lutego 2025											
DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa)		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta Niskotłuszczowa / Niskocholesterolowa		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 pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Hummus gotowy 115g *ziarna_sesamu/	115g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g
		Hummus gotowy 115g *ziarna_sesamu/	115g	Hummus gotowy 115g *ziarna_sesamu/	115g	Hummus gotowy 115g *ziarna_sesamu/	115g	Pasta z piersi indyka 30g *jajka/*gorczyca/	30g	Hummus gotowy 115g *ziarna_sesamu/	115g
		Szynka z piersi indyka 30g	30g	Pomidor bez skórki 100g	100g	Szynka z piersi indyka 30g	30g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Szynka z piersi indyka 30g	30g
		Pomidor 100g	100g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Pomidor 50g	50g	masło 10g *mleko/	10g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g
		masło 10g *mleko/	10g	Herbata z cytryną	250g	Ogórek 50g	50g	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				Kanapka pszenna z polędwicą miodową 1 szt. *gluten/*soja/*seler/	80g	Serek wiejski 1 szt.	200g	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 150g	150g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g
		Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g
Kolejca		Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/	80g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g
		Szynka wiejska 60g *soja/	60g	Szynka wiejska 60g *soja/	60g	Szynka wiejska 60g *soja/	60g	Pasta z szynki wiejskiej 60g *jajka/*soja/*gorczyca/	60g	Domowa wędlina z indyka 60g	60g
II		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
		Serek homogenizowany waniliowy 1szt. *mleko/	100g	Kanapka pszenna z szynką dębową 1 szt. *gluten/	80g	Kanapka razowa z szynką dębową 1 szt. *gluten/	80g	Serek homogenizowany waniliowy 1szt. *mleko/	100g	Serek homogenizowany waniliowy 1szt. *mleko/	100g
kcal		Energia	2272,1	Energia	2403,6	Energia	2363,1	Energia	2405,4	Energia	2290,3
g		Białko	105,72	Białko	100,11	Białko	118,59	Białko	120,55	Białko	117
g		Tłuszcz	87,038	Tłuszcz	87,328	Tłuszcz	92,428	Tłuszcz	100,3	Tłuszcz	81,608
g		Kwasy Nasycone	17,577	Kwasy Nasycone	13,387	Kwasy Nasycone	10,143	Kwasy Nasycone	17,566	Kwasy Nasycone	14,921
g		Węglowodany ogółem	244,69	Węglowodany ogółem	281,9	Węglowodany ogółem	233,6	Węglowodany ogółem	230,91	Węglowodany ogółem	248,04
g		W tym cukry	31,723	W tym cukry	13,498	W tym cukry	17,808	W tym cukry	40,338	W tym cukry	37,483
mg		Błonnik pokarmowy	27,241	Błonnik pokarmowy	30,361	Błonnik pokarmowy	37,026	Błonnik pokarmowy	29,324	Błonnik pokarmowy	30,091
mg		Sód	1529,1	Sód	1936,1	Sód	1809,9	Sód	1499,6	Sód	1578,9

**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. j Rubin

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

W uzasadnionych przypadkach zastrzeżono 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 22 lutego 2025											
DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa)		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta Niskotłuszczowa / Niskocholesterolowa		Dieta rozdrobniona		Dieta ubogoresztkowa		
I	SNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 300ml *mleko/	300g	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
		Bułka kajzerka 50g *gluten/	50g	Bułka kajzerka 50g *gluten/	50g	Bułka razowa 70g *gluten/	70g	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	Margaryna miękka kubkowa	10g	masło 10g *mleko/	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			Jabłko pieczone 1szt.	180g	Jabłko 1szt.	180g	Skyr szt. *mleko/	140g			
OBIAD	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml *seler/	350g	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml *seler/	350g	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml *seler/	350g	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml *seler/	350g	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml *seler/	350g	
	Kociółek wieprzowy duszony z kolorowymi warzywami	250g	Kociółek wieprzowy duszony z kolorowymi warzywami	250g	Kociółek wieprzowy duszony z kolorowymi warzywami	250g	Kociółek wieprzowy duszony z kolorowymi warzywami	250g	Kociółek wieprzowy duszony z kolorowymi warzywami	250g	
	Kasza jęczmienna 180g	180g	Kasza jęczmienna 150g	150g	Kasza gryczana 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	
KOLACJA	KOLACJA	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g
		Filet wędzony z indyka 60g	60g	Filet wędzony z indyka 60g	60g	Filet wędzony z indyka 60g	60g	Pasta z kurczaka gotowanego 60g *jaja/*soja/*mleko/	60g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g
		Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	Papryka 50g	50g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g
		masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Salata 30g	30g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
		Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g	masło 10g *mleko/	10g	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g
						Herbata rumiankowa	250g				
		II	Mus ryżowy 1szt. *mleko/	100g	Kanapka pszenna z serkiem śmietankowym 1 szt. *gluten/*mleko/	80g	Kanapka razowa z pastą jajeczną 1szt. *gluten/*jaja/*gorczyca/	100g	Mus ryżowy 1szt. *mleko/	100g	Mus ryżowy 1szt. *mleko/

	Energia	1907	Energia	1983,6	Energia	1920,9	Energia	2043,9	Energia	2067,3
g	Białko	106,71	Białko	111,65	Białko	128,5	Białko	128,29	Białko	116,25
g	Tłuszcz	50,098	Tłuszcz	64,528	Tłuszcz	69,591	Tłuszcz	70,453	Tłuszcz	58,658
g	Kwasy Nasycone	18,048	Kwasy Nasycone	7,7227	Kwasy Nasycone	16,071	Kwasy Nasycone	18,198	Kwasy Nasycone	18,158
g	Węglowodany ogółem	263,33	Węglowodany ogółem	244,59	Węglowodany ogółem	233,77	Węglowodany ogółem	265,27	Węglowodany ogółem	272,4
g	W tym cukry	25,641	W tym cukry	13,766	W tym cukry	20,066	W tym cukry	45,361	W tym cukry	40,261
g	Błonnik pokarmowy	27,322	Błonnik pokarmowy	25,957	Błonnik pokarmowy	36,32	Błonnik pokarmowy	28,152	Błonnik pokarmowy	29,002
mg	Sód	1379,3	Sód	1525	Sód	1840,5	Sód	1186,6	Sód	1086,9

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

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie												
DZIAŁ ŻYWIENIA												
niedziela 23 lutego 2025												
DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (wrzodowa)		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta Niskotłuszczowa / Niskocholesterolowa		Dieta rozdrobniona		Dieta ubogoresztkowa			
I	SNIADANIE	Płatki ryżowe na mleku 300ml *mleko/	300g	Płatki ryżowe na mleku 300ml *mleko/	300g	Serek wiejski 1 szt.	200g	Płatki ryżowe na mleku 300ml *mleko/	300g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	
		Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g	Płatki ryżowe na mleku 300ml *mleko/	300g	
		Kielbaski białe 2 szt. *soja/	90g	Kielbaski białe 2 szt. *soja/	90g	Kielbaski białe 2 szt. *soja/	90g	Kielbaski białe 2 szt. *soja/	90g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g	
		Mini mozzarella 45g *mleko/	45g	Mini mozzarella 45g *mleko/	45g	Mini mozzarella 45g *mleko/	45g	Mini mozzarella 45g *mleko/	45g	Mini mozzarella 45g *mleko/	45g	
		Pomidor 100g	100g	Pomidor 100g	100g	Pomidor 50g	50g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	
		masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Ogórek 50g	50g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	
		Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	
						Herbata z cytryną	250g					
II				Mus owocowo-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g	Mus owocowo-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g	Serek wiejski 1 szt.	200g			
OBIAD		Zupa żurek 350ml *mleko/*sele/	350g	Zupa żurek 350ml *mleko/*sele/	350g	Zupa żurek 350ml *mleko/*sele/	350g	Zupa żurek 350ml *mleko/*sele/	350g	Zupa żurek 350ml *mleko/*sele/	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 180g	180g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Ziemniaki gotowane puree 180g	180g	Ziemniaki gotowane puree 180g	180g	
		Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Surówka bulgarska z papryką 150g	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	
		Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	
KOLACJA	I	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	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 z jogurtem *jaja/*ryby/*mleko/*gorczyca/	100g	Pasta z pieczonego dorsza *jaja/*ryby/*gorczyca/	100g	Pasta z pieczonego dorsza *jaja/*ryby/*gorczyca/	100g	Pasta z pieczonego dorsza *jaja/*ryby/*gorczyca/	100g	
II		Pomidor 50g	50g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g	Ogórek kiszony 60g	60g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g	
		Salata 30g	30g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Salata 30g	30g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	
		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			Herbata czarna b/c	250g					
II		Sok wielowarzywny 300ml	300g	Kanapka pszenna z szynką z indyka z 1 szt. *gluten/	80g	Kanapka razowa z szynką z indyka z 1 szt. *gluten/	80g	Sok wielowarzywny 300ml	300g	Sok wielowarzywny 300ml	300g	
		kcal	Energia	2213,8	Energia	2338,2	Energia	2413,6	Energia	2367,4	Energia	2147,4
		g	Białko	111,24	Białko	118,59	Białko	123,8	Białko	131,8	Białko	126,02
		g	Tłuszcz	89,594	Tłuszcz	83,339	Tłuszcz	105,92	Tłuszcz	99,419	Tłuszcz	77,649
		g	Kwasy Nasycone	25,072	Kwasy Nasycone	20,58	Kwasy Nasycone	17,184	Kwasy Nasycone	25,075	Kwasy Nasycone	20,295
		g	Węglowodany ogółem	239,76	Węglowodany ogółem	275,56	Węglowodany ogółem	235,1	Węglowodany ogółem	232,78	Węglowodany ogółem	232,85
		g	W tym cukry	15,816	W tym cukry	25,357	W tym cukry	23,421	W tym cukry	25,711	W tym cukry	21,501
		g	Błonnik pokarmowy	29,082	Błonnik pokarmowy	30,525	Błonnik pokarmowy	30,808	Błonnik pokarmowy	30,407	Błonnik pokarmowy	30,717
		mg	Sód	1826,9	Sód	2145,6	Sód	2389,9	Sód	1856	Sód	1814,4

**Wykaz alergenów:** 1. gluten; 2. skorupiaki; 3. jaja; 5 orzeszki ziemne; 6. soja; 7. mleko; 8. orzechy; 9. sele; 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 dietetycznych oraz produktów spożywczych dostępny na życzenie u dietetyka lub kierownika Działu Żywienia.  
 Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko