

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie												
DZIAŁ ŻYWIENIA												
poniedziałek 02 czerwca 2025												
DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa)	Dieta Niskotłuszczowa / Niskocholesterolowa			Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta rozdrobniona		Dieta ubogoresztkowa			
I	SNIADANIE	Makaron na mleku (g) 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 (g) 300ml *gluten/*soja/*mleko/	300g	
		Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Pasta z białek jaj z jogurtem *jaja/*mleko/	100g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	
		Jajko gotowane 2 szt. *jaja/	140g	Hummus gotowy 115g *ziarna_sesamu/	115g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Pasta z białek jaj z jogurtem *jaja/*mleko/	100g	
		Pomidor 100g	100g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 100g	100g	masło 10g *mleko/	10g	Dynia gotowana 50g	50g	
		masło 10g *mleko/	10g	Papryka 50g	50g	Margaryna 10g	10g	Herbata z cytryną	250g	masło 10g *mleko/	10g	
		Herbata z cytryną	250g	Margaryna 10g	10g	Herbata z cytryną	250g			Herbata z cytryną	250g	
				Herbata z cytryną	250g							
II		Kefir szt. *mleko/	200g	Kefir szt. *mleko/	200g	Jogurt smakowy szt. *mleko/	150g					
OBIAD		Zupa pomidorowa z ryżem (g) 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa pomidorowa z ryżem (g) 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa pomidorowa z ryżem (g) 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa pomidorowa z ryżem (g) 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa pomidorowa z ryżem (g) 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	Margaryna 10g	10g	Margaryna 10g	10g	Herbata miętowa	250g	Herbata miętowa	250g	
		Herbata miętowa	250g	Herbata miętowa	250g	Herbata miętowa	250g					
II		Jogurt smakowy szt. *mleko/	150g	Kanapka razowa z polędwicą sopocką 1 szt. *gluten/*soja/	80g	Kanapka razowa z polędwicą sopocką 1 szt. *gluten/*soja/	80g	Mus owocowy 1szt.	100g	Jogurt smakowy szt. *mleko/	150g	
		kcal	Energia	2101,7	Energia	2253,4	Energia	2070,5	Energia	1969,5	Energia	2136,7
		g	Białko	107,7	Białko	99,772	Białko	116,03	Białko	96,912	Białko	108,13
		g	Tłuszcz	88,472	Tłuszcz	87,307	Tłuszcz	76,362	Tłuszcz	87,212	Tłuszcz	88,872
		g	Kwasy Nasycone	27,633	Kwasy Nasycone	18,098	Kwasy Nasycone	15,933	Kwasy Nasycone	24,203	Kwasy Nasycone	27,653
		g	Węglowodany ogółem	219,94	Węglowodany ogółem	234,66	Węglowodany ogółem	231,13	Węglowodany ogółem	197,44	Węglowodany ogółem	223,25
		g	W tym cukry	15,159	W tym cukry	21,104	W tym cukry	16,904	W tym cukry	32,489	W tym cukry	24,944
		g	Błonnik pokarmowy	21,153	Błonnik pokarmowy	34,784	Błonnik pokarmowy	21,223	Błonnik pokarmowy	24,453	Błonnik pokarmowy	24,903
		mg	Sód	1378,3	Sód	1741,1	Sód	1787,7	Sód	1381,1	Sód	1464,3

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

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie											
DZIAŁ ŻYWIENIA											
wtorek 03 czerwca 2025											
DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa)		Dieta Niskotłuszczowa / Niskocholesterolowa		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta rozdrobniona		Dieta ubogoresztkowa		
I	SNIADANIE	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Skyr szt. *mleko/	140g	Skyr szt. *mleko/	140g	Płatki kukurydziane na mleku (g) 300ml *mleko/	300g	Płatki kukurydziane na mleku (g) 300ml *mleko/	300g
		Płatki kukurydziane na mleku (g) 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 biały 60g *soja/	60g	Schab biały 60g *soja/	60g	Schab biały 60g *soja/	60g	Pasta ze schabu białego 60g *jaja/*soja/*gorczyca/	60g	Domowa wędlina z indyka 60g	60g
		Pomidor 100g	100g	Rzodkiewka 50g	50g	Pomidor 100g	100g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	masło 10g *mleko/	10g
		masło 10g *mleko/	10g	Pomidor 50g	50g	Margaryna 10g	10g	masło 10g *mleko/	10g	Herbata z cytryną	250g
		Herbata z cytryną	250g	Margaryna 10g	10g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g		
				Herbata z cytryną	250g						
						Jabłko 1szt.	180g	Jabłko 1szt.	180g	Skyr szt. *mleko/	140g
II	OBIAD	Zupa dyniowa (g) 350ml *mleko/	350g	Zupa dyniowa (g) 350ml *mleko/	350g	Zupa dyniowa (g) 350ml *mleko/	350g	Zupa dyniowa (g) 350ml *mleko/	350g	Zupa dyniowa (g) 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 (g) 80g *gluten/*mleko/*seler/	80g	Sos koperkowy (g) 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
III	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
		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
		Ser twarogowy topiony 2szt *mleko/	34g	Ser twarogowy topiony 2szt *mleko/	34g	Ser twarogowy topiony 2szt *mleko/	34g	Ser twarogowy topiony 2szt *mleko/	34g	Ser twarogowy topiony 2szt *mleko/	34g
		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 10g	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
		Herbata owocowa	250g	Margaryna 10g	10g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g
				Herbata owocowa	250g	Kiwi 1szt.	75g	Kiwi 1szt.	75g		
				Kiwi 1szt.	75g						
				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
		kcal	Energia 1936,7	Energia 2122,4	Energia 2161,1	Energia 2153,1	Energia 2004,1				
		g	Białko 102,87	Białko 117,92	Białko 121,53	Białko 125,25	Białko 109,69				
		g	Tłuszcz 63,283	Tłuszcz 81,878	Tłuszcz 81,593	Tłuszcz 84,825	Tłuszcz 64,925				
		g	Kwasy Nasycone 23,338	Kwasy Nasycone 13,259	Kwasy Nasycone 13,278	Kwasy Nasycone 23,231	Kwasy Nasycone 22,833				
		g	Węglowodany ogółem 237,07	Węglowodany ogółem 258,66	Węglowodany ogółem 273,25	Węglowodany ogółem 258,14	Węglowodany ogółem 242,14				
		g	W tym cukry 29,641	W tym cukry 22,466	W tym cukry 21,151	W tym cukry 41,351	W tym cukry 33,506				
		g	Błonnik pokarmowy 27,765	Błonnik pokarmowy 40,09	Błonnik pokarmowy 28,445	Błonnik pokarmowy 34	Błonnik pokarmowy 29,389				
		mg	Sód 1340,7	Sód 1380,3	Sód 1421,4	Sód 1351,5	Sód 1402,7				

**Wykaz alergenów:** 1. gluten; 2. skorupiaki; 3. jaja; 5. orzeszki ziemne; 6. soja; 7. mleko; 8. orzechy; 9. seler; 10. gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. 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 zastrzeżony możliwość wymiany zaplanowanych w jadospisie produktów na równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych. Szczegółowy wykaz składników dań kulinarnych oraz produktów spożywczych dostępny na życzenie u dietetyka lub kierownika Działu Żywności.  
 Jadospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie												
DZIAŁ ŻYWIENIA												
środa 04 czerwca 2025												
DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa)		Dieta Niskotłuszczowa / Niskocholesterolowa		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta rozdrobniona		Dieta ubogoresztkowa			
I	SNIADANIE	Płatki jęczmienne na mleku (g) 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	Płatki jęczmienne na mleku (g) 300ml *mleko/	300g	Płatki jęczmienne na mleku (g) 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 pomidorkami i oliwą	60g	Mix sałat z 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 10g	10g	Herbata z cytryną	250g	masło 10g *mleko/	10g	Herbata z cytryną	250g	
		Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Margaryna 10g	10g	Herbata z cytryną	250g			
II			Skyr smakowy szt. *mleko/	140g	Skyr smakowy szt. *mleko/	140g	Kefir szt. *mleko/	200g				
I	OBIAD	Rosół z zacierką (g) 350ml *gluten/*jaja/*seler/	350g	Rosół z zacierką (g) 350ml *gluten/*jaja/*seler/	350g	Rosół z zacierką (g) 350ml *gluten/*jaja/*seler/	350g	Rosół z zacierką (g) 350ml *gluten/*jaja/*seler/	350g	Rosół z zacierką (g) 350ml *gluten/*jaja/*seler/	350g	
		A'la gołąbek z mięsa i kapusty pekińskiej (d) *jaja/	250g	A'la gołąbek z mięsa i kapusty pekińskiej (d) *jaja/	250g	A'la gołąbek z mięsa i kapusty pekińskiej (d) *jaja/	250g	A'la gołąbek z mięsa i kapusty pekińskiej (d) *jaja/	250g	A'la gołąbek z mięsa i kapusty pekińskiej (d) *jaja/	250g	
		Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Sos pomidorowy (g) 80g *gluten/*mleko/*seler/	80g	Sos pomidorowy (g) 80g *gluten/*mleko/*seler/	80g	Sos pomidorowy (g) 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	Marchewka mini gotowana 50g	50g	
		masło 10g *mleko/	10g	Papryka 50g	50g	Margaryna 10g	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	
		Herbata rumiankowa	250g	Margaryna 10g	10g	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g	
				Herbata rumiankowa	250g							
II		Skyr smakowy szt. *mleko/	140g	Kanapka razowa z serem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g	Kanapka pszenna z twarogiem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g	Skyr smakowy szt. *mleko/	140g	Skyr smakowy szt. *mleko/	140g	
		kcal	Energia	2070,3	Energia	2164,9	Energia	2153,7	Energia	2169,6	Energia	2205,6
		g	Białko	124,37	Białko	126,36	Białko	133,89	Białko	132,52	Białko	137,25
		g	Tłuszcz	70,806	Tłuszcz	77,584	Tłuszcz	68,619	Tłuszcz	73,319	Tłuszcz	73,449
		g	Kwasy Nasycone	25,162	Kwasy Nasycone	19,296	Kwasy Nasycone	14,492	Kwasy Nasycone	27,473	Kwasy Nasycone	30,708
		g	Węglowodany ogółem	241,39	Węglowodany ogółem	236,96	Węglowodany ogółem	256,47	Węglowodany ogółem	250,15	Węglowodany ogółem	252,02
		g	W tym cukry	11,33	W tym cukry	20,381	W tym cukry	20,934	W tym cukry	26,189	W tym cukry	21,589
		g	Błonnik pokarmowy	20,072	Błonnik pokarmowy	30,89	Błonnik pokarmowy	21,139	Błonnik pokarmowy	24,703	Błonnik pokarmowy	26,234
		mg	Sód	2349,7	Sód	2702,9	Sód	2600,4	Sód	2464,2	Sód	1649,4

**Wykaz alergenów:** 1. gluten; 2. skorupiaki; 3. jaja; 5. orzechy ziemne; 6. soja; 7. mleko; 8. orzechy; 9. seler; 10. gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. 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 zastrzeżony możliwość wymiany zaplanowanych w jadospisie produktów na równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych. Szczegółowy wykaz składników dań kulinarnych oraz produktów spożywczych dostępny na życzenie u dietetyka lub kierownika Działu Żywności.

Jadospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie											
DZIAŁ ŻYWIENIA											
czwartek 05 czerwca 2025											
DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa)		Dieta Niskotłuszczowa / Niskocholesterolowa		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta rozdrobniona		Dieta ubogoresztkowa		
SNIADANIE	I	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
		Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g
		Twarożek z suszonymi pomidorami *mleko/	100g	Twarożek z suszonymi pomidorami *mleko/	100g	Twarożek z suszonymi pomidorami *mleko/	100g	Twarożek z ziołami *mleko/	100g	Twarożek z ziołami *mleko/	100g
		Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Marchewka mini gotowana 50g	50g
		Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
		masło 10g *mleko/	10g	Margaryna 10g	10g	Margaryna 10g	10g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g
		Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g				
OBIAD	II	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 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
Kolejacja	II	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
		Polędwica z kurczaka 60g *soja/*seler/	60g	Polędwica z kurczaka 60g *soja/*seler/	60g	Polędwica z kurczaka 60g *soja/*seler/	60g	Pasta z polędwicy z kurczaka 60g *soja/*seler/	60g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g
		Salata 30g	30g	Papryka 50g	50g	Salata 30g	30g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g	Dynia gotowana 50g	50g
		masło 10g *mleko/	10g	Salata 30g	30g	Margaryna 10g	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
		Herbata rumiankowa	250g	Margaryna 10g	10g	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g
				Herbata rumiankowa	250g						
Podleczunek											
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	
kcal	Energia	1965,5	Energia	1968,9	Energia	2147,1	Energia	2038,8	Energia	2163,5	
g	Białko	103,81	Białko	123,71	Białko	111,32	Białko	123,54	Białko	117,21	
g	Tłuszcz	51,283	Tłuszcz	70,318	Tłuszcz	68,168	Tłuszcz	71,428	Tłuszcz	64,613	
g	Kwasy Nasycone	18,828	Kwasy Nasycone	6,8127	Kwasy Nasycone	8,6077	Kwasy Nasycone	18,568	Kwasy Nasycone	22,133	
g	Węglowodany ogółem	278,03	Węglowodany ogółem	244,3	Węglowodany ogółem	277,53	Węglowodany ogółem	266,38	Węglowodany ogółem	280,94	
g	W tym cukry	26,701	W tym cukry	20,136	W tym cukry	15,141	W tym cukry	45,781	W tym cukry	41,751	
g	Błonnik pokarmowy	28,422	Błonnik pokarmowy	38,357	Błonnik pokarmowy	28,142	Błonnik pokarmowy	28,152	Błonnik pokarmowy	29,282	
mg	Sód	1566,9	Sód	2016,2	Sód	1864,3	Sód	1644,8	Sód	1171,2	

**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. 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 zastrzeżony 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 06 czerwca 2025											
DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa)		Dieta Niskotłuszczowa / Niskocholesterolowa		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta rozdrobniona		Dieta ubogoresztkowa		
I	SNIADANIE	Kasza jaglana na mleku (g) 300ml *mleko/	300g	Serek homogenizowany 1 szt. *mleko/	150g	Serek homogenizowany 1 szt. *mleko/	150g	Kasza jaglana na mleku (g) 300ml *mleko/	300g	Kasza jaglana na mleku (g) 300ml *mleko/	300g
		Rogal pszenny 80g *gluten/	70g	Bułka razowa 70g *gluten/	70g	Rogal pszenny 80g *gluten/	70g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g	Rogal pszenny 80g *gluten/	70g
		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 10g	10g	Margaryna 10g	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			Gruszka 1szt.	120g	Kanapka pszenna z twarogiem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g	Serek homogenizowany 1 szt. *mleko/	150g			
I	OBIAD	Zupa kalafiorowa (g) 350ml *soja/*mleko/*seler/	350g	Zupa kalafiorowa (g) 350ml *soja/*mleko/*seler/	350g	Zupa kalafiorowa (g) 350ml *soja/*mleko/*seler/	350g	Zupa kalafiorowa (g) 350ml *soja/*mleko/*seler/	350g	Zupa kalafiorowa (g) 350ml *soja/*mleko/*seler/	350g
		Pierogi z mięsem 10 szt.	200g	Pierogi ze szpinakiem 8 szt. *gluten/*mleko/	125g	Pierogi z mięsem 5 szt.	125g	Pierogi ze szpinakiem (g) 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 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny bez skórki 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g
		Parówki cielęce 3 szt. *gorczyca/	90g	Parówki cielęce 3 szt. *gorczyca/	90g	Parówki cielęce 3 szt. *gorczyca/	90g	Parówki cielęce 3 szt. *gorczyca/	90g	Domowa wędlina z indyka 60g	60g
		Pomidor 100g	100g	Ketchup 1 szt.	1g	Ketchup 1 szt.	1g	Ketchup 1 szt.	1g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g
		Ketchup 1 szt.	1g	Pomidor 50g	50g	Pomidor bez skóry 100g	100g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g	masło 10g *mleko/	10g
		masło 10g *mleko/	10g	Ogórek małosolny	60g	Margaryna 10g	10g	masło 10g *mleko/	10g	Herbata czarna b/c	250g
		Herbata czarna b/c	250g	Margaryna 10g	10g	Herbata czarna b/c	250g	Herbata czarna b/c	250g	Banan 1szt.	120g
		Banan 1szt.	120g	Herbata czarna b/c	250g			Banan 1szt.	120g		
II			Kanapka razowa z jajkiem 1szt. *gluten/*jaja/*gorczyca/	100g	Kanapka pszenna z polędwicą sopoćką 1 szt. *gluten/*soja/	80g	Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g	Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g	
kcal		Energia	2297,6	Energia	2084	Energia	2406,6	Energia	2355,5	Energia	2193,4
g		Białko	91,817	Białko	94,328	Białko	112,36	Białko	103,11	Białko	100,2
g		Tłuszcz	67,384	Tłuszcz	79,998	Tłuszcz	81,249	Tłuszcz	83,179	Tłuszcz	53,034
g		Kwasy Nasycone	26,923	Kwasy Nasycone	11,512	Kwasy Nasycone	15,913	Kwasy Nasycone	28,371	Kwasy Nasycone	21,101
g		Węglowodany ogółem	330,86	Węglowodany ogółem	241,66	Węglowodany ogółem	305,53	Węglowodany ogółem	295,05	Węglowodany ogółem	326,55
g		W tym cukry	48,881	W tym cukry	18,826	W tym cukry	28,421	W tym cukry	56,881	W tym cukry	52,857
g		Błonnik pokarmowy	24,433	Błonnik pokarmowy	32,389	Błonnik pokarmowy	23,698	Błonnik pokarmowy	31,093	Błonnik pokarmowy	26,369
mg		Sód	1195,3	Sód	1488,8	Sód	1942,5	Sód	1258,1	Sód	1124,3

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

**Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie**  
**DZIAŁ ŻYWIENIA**  
**sobota 07 czerwca 2025**

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	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g
		Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g
		Hummus gotowy 115g *ziarna_sezamu/	115g	Hummus gotowy 115g *ziarna_sezamu/	115g	Hummus gotowy 115g *ziarna_sezamu/	115g	Hummus gotowy 115g *ziarna_sezamu/	115g	Hummus gotowy 115g *ziarna_sezamu/	115g
		Szynka z piersi indyka 30g	30g	Szynka z piersi indyka 30g	30g	Pomidor bez skóry 100g	100g	Pasta z piersi indyka 30g *jaja/*gorczyca/	30g	Szynka z piersi indyka 30g	30g
		Pomidor 100g	100g	Pomidor 50g	50g	Margaryna 10g	10g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Marchewka mini gotowana 50g	50g
		masło 10g *mleko/	10g	Ogórek 50g	50g	Herbata z cytryną	250g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
		Herbata z cytryną	250g	Margaryna 10g	10g			Herbata z cytryną	250g	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						
OBIAD	Zupa buraczkowa (g) 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa buraczkowa (g) 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa buraczkowa (g) 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa buraczkowa (g) 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa buraczkowa (g) 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											
Kolecja	I	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 *soja/	60g	Szynka wiejska 60g *soja/	60g	Szynka wiejska 60g *soja/	60g	Pasta z szynki wiejskiej 60g *jaja/*soja/*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 10g	10g	Margaryna 10g	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 waniliowy 1szt. *mleko/	100g	Kanapka razowa z szynką dębową 1 szt. *gluten/	80g	Kanapka pszenna z szynką dębową 1 szt. *gluten/	80g	Serek homogenizowany waniliowy 1szt. *mleko/	100g	Serek homogenizowany waniliowy 1szt. *mleko/	100g	

kcal	Energia	2272,1	Energia	2381,3	Energia	2421,8	Energia	2301,4	Energia	2345,7
g	Białko	105,72	Białko	118,63	Białko	100,15	Białko	105	Białko	116,78
g	Tłuszcz	87,038	Tłuszcz	94,428	Tłuszcz	89,328	Tłuszcz	93,303	Tłuszcz	87,323
g	Kwasy Nasycone	17,577	Kwasy Nasycone	10,143	Kwasy Nasycone	13,387	Kwasy Nasycone	17,566	Kwasy Nasycone	18,771
g	Węglowodany ogółem	244,69	Węglowodany ogółem	233,6	Węglowodany ogółem	281,9	Węglowodany ogółem	236,21	Węglowodany ogółem	247,26
g	W tym cukry	31,723	W tym cukry	17,808	W tym cukry	13,498	W tym cukry	37,838	W tym cukry	40,813
g	Błonnik pokarmowy	27,241	Błonnik pokarmowy	37,026	Błonnik pokarmowy	30,361	Błonnik pokarmowy	29,324	Błonnik pokarmowy	31,331
mg	Sód	1529,1	Sód	1809,7	Sód	1935,9	Sód	1454,1	Sód	1623,5

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

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie											
DZIAŁ ŻYWIENIA											
niedziela 08 czerwca 2025											
DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa)		Dieta Niskotłuszczowa / Niskocholesterolowa		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta rozdrobniona		Dieta ubogoresztkowa		
I	SNIADANIE	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
		Kiełbaski białe 2 szt. *soja/	90g	Kiełbaski białe 2 szt. *soja/	90g	Kiełbaski białe 2 szt. *soja/	90g	Kiełbaski 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 50g	50g	Pomidor 100g	100g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Marchewka mini gotowana 50g	50g
		masło 10g *mleko/	10g	Ogórek 50g	50g	Margaryna 10g	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
		Herbata z cytryną	250g	Margaryna 10g	10g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g
				Herbata z cytryną	250g						
II			Sok wielowarzywny 300ml	300g	Sok wielowarzywny 300ml	300g	Serek wiejski 1 szt.	200g			
I	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	Fasolka szparagowa gotowana b/m 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	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
		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 10g	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
		masło 10g *mleko/	10g	Margaryna 10g	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

	Energia	2213,8	Energia	2397,9	Energia	2324,4	Energia	2367,4	Energia	2202,8
g	Białko	111,24	Białko	127,73	Białko	119,93	Białko	131,8	Białko	125,8
g	Tłuszcz	89,594	Tłuszcz	105,49	Tłuszcz	81,539	Tłuszcz	99,419	Tłuszcz	83,364
g	Kwasy Nasycone	25,072	Kwasy Nasycone	18,534	Kwasy Nasycone	18,08	Kwasy Nasycone	25,075	Kwasy Nasycone	24,145
g	Węglowodany ogółem	239,76	Węglowodany ogółem	225,32	Węglowodany ogółem	273,86	Węglowodany ogółem	232,78	Węglowodany ogółem	232,07
g	W tym cukry	15,816	W tym cukry	21,601	W tym cukry	22,956	W tym cukry	25,711	W tym cukry	24,832
g	Błonnik pokarmowy	29,082	Błonnik pokarmowy	38,913	Błonnik pokarmowy	33,025	Błonnik pokarmowy	30,407	Błonnik pokarmowy	31,957
mg	Sód	1826,9	Sód	2429,1	Sód	2175,4	Sód	1856	Sód	1859

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