

		Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie									
		DZIAŁ ŻYWIENIA									
		środa 11 czerwca 2025									
DIETA		Dieta niskobiałkowa		Dieta bogatobiałkowa		Dieta dializowana/bezsolna		Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów dializowana		Dieta płynna wzmocniona/ papkowata	
SNIADANIE	I	Chleb bezglutenowy 100g <i>*soja/*ziarna_sezamu/</i>	100g	Serek wiejski 1 szt.	200g	Bułka kajzerka 50g <i>*gluten/</i>	50g	Bułka razowa 70g <i>*gluten/</i>	70g	Zupa krem z pomidora/r 500ml <i>*mleko/*seler/</i>	500g
		Parówki wegetariańskie (g) 2 szt. <i>*gluten/</i>	100g	Bułka kajzerka 50g <i>*gluten/</i>	50g	Chleb pszenny 25g <i>*gluten/</i>	25g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g		
		Ketchup 1 szt.	1g	Chleb pszenny 25g <i>*gluten/</i>	25g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g	Mini mozzarella 45g <i>*mleko/</i>	45g		
		Salata 30g	30g	Parówki z indyka (g) 3 szt.	90g	Mini mozzarella 45g <i>*mleko/</i>	45g	Salata 30g	30g		
		Margaryna 10g	10g	Ketchup 1 szt.	1g	Salata 30g	30g	masło 10g <i>*mleko/</i>	10g		
		Herbata z cytryną	250g	Mini mozzarella 45g <i>*mleko/</i>	45g	masło 10g <i>*mleko/</i>	10g	Herbata z cytryną	250g		
				Salata 30g	30g	Herbata z cytryną	250g				
				masło 10g <i>*mleko/</i>	10g						
				Herbata z cytryną	250g						
II	Budyń na mleku roślinnym 250ml <i>*gluten/</i>	250g			Kanapka pszenna z miodem 1 szt. <i>*gluten/</i>	80g	Kanapka razowa z domową wędliną z kurczaka 1 szt. <i>*gluten/</i>	80g	Serek wiejski 1 szt.	200g	
OBIAD		Manna na rosole wege 350ml <i>*gluten/*seler/</i>	350g	Manna na rosole (g) 350ml <i>*gluten/*seler/</i>	350g	Manna na rosole (g) 350ml <i>*gluten/*seler/</i>	350g	Manna na rosole (g) 350ml <i>*gluten/*seler/</i>	350g	Krem z warzyw (g) 500ml <i>*gluten/*jaja/*mleko/*seler/</i>	500g
		Danie wegańskie (p) 100g <i>*gluten/*soja/</i>	100g	Wątróbka drobiowa (s)	120g	Filet z kurczaka soute (p) 100g <i>*gluten/</i>	100g	Filet z kurczaka soute (p) 100g <i>*gluten/</i>	100g		
		Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g		
		Marchewka mini gotowana 150g	150g	Marchewka mini gotowana 150g	150g	Marchewka mini gotowana 150g	150g	Marchewka mini gotowana 150g	150g		
		Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g		
Podwieczorek				Budyń na mleku roślinnym 250ml <i>*gluten/</i>	250g	Marchewka mini gotowana 150g	150g	Brokuł gotowany 150g	150g		
Kolejcia	I	Chleb bezglutenowy 100g <i>*soja/*ziarna_sezamu/</i>	100g	Chleb pszenny 100g <i>*gluten/</i>	100g	Chleb pszenny 100g <i>*gluten/</i>	100g	Chleb razowy 90g <i>*gluten/</i>	90g	Krem z warzyw (g) 500ml <i>*gluten/*jaja/*mleko/*seler/</i>	500g
		Wędlina wegetariańska 90g	90g	Domowa wędlina z indyka 60g	60g	Domowa wędlina z indyka 60g	60g	Domowa wędlina z indyka 60g	60g		
		Pomidor 100g	100g	Paszтет warzywny 1szt. <i>*soja/*gorczyca/</i>	113g	Rzodkiewka 50g	50g	Rzodkiewka 50g	50g		
		Margaryna 10g	10g	Pomidor 100g	100g	masło 10g <i>*mleko/</i>	10g	masło 10g <i>*mleko/</i>	10g		
		Herbata rumiankowa	250g	masło 10g <i>*mleko/</i>	10g	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g		
				Herbata rumiankowa	250g						
II	Mus owocowo-jogurtowy 1szt. <i>*mleko/</i>	100g	Mus owocowo-jogurtowy 1szt. <i>*mleko/</i>	100g	Mus owocowo-jogurtowy 1szt. <i>*mleko/</i>	100g	Skyr smakowy szt. <i>*mleko/</i>	140g	Mus owocowo-jogurtowy 1szt. <i>*mleko/</i>	100g	

kcal	Energia	2124,6	Energia	2510,3	Energia	2133,3	Energia	2116,5	Energia	2021
g	Białko	44,736	Białko	129,85	Białko	123,72	Białko	160,36	Białko	106,62
g	Tłuszcz	108,16	Tłuszcz	123,66	Tłuszcz	79,96	Tłuszcz	72,308	Tłuszcz	100,07
g	Kwasy Nasycone	31,421	Kwasy Nasycone	38,598	Kwasy Nasycone	15,738	Kwasy Nasycone	16,271	Kwasy Nasycone	42,684
g	Węglowodany ogółem	232,19	Węglowodany ogółem	219,34	Węglowodany ogółem	229,48	Węglowodany ogółem	201,66	Węglowodany ogółem	175,85
g	W tym cukry	44,434	W tym cukry	40,838	W tym cukry	38,299	W tym cukry	24,104	W tym cukry	59,682
g	Blonnik pokarmowy	36,077	Blonnik pokarmowy	23,557	Blonnik pokarmowy	28,199	Blonnik pokarmowy	34,992	Blonnik pokarmowy	9,9755
mg	Sód	409,26	Sód	1805,7	Sód	1948,3	Sód	1922,5	Sód	491,32

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

