

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie											
DZIAŁ ŻYWIENIA											
poniedziałek 18 sierpnia 2025											
DIETA		Dieta niskobiałkowa		Dieta bogatobiałkowa		Dieta dializowana/bezsolna		Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dializowana		Dieta płynna wzmocniona/papkowata	
I SNIADANIE		Chleb bezglutenowy 100g * soja/ +ziarna_sesamu/	100g	Zacierka na mleku (g) 300ml * gluten/*jaja/*mleko/	300g	Chleb pszenny 100g * gluten/	100g	Chleb razowy 90g * gluten/	90g	Zupa krem brokułowa (g) 500ml *mleko/*seler/	500g
		Wędlina wegetariańska 90g	90g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Domowa wędlina z indyka 60g	60g	Domowa wędlina z indyka 60g	60g		
		Salata 30g	30g	Szynka dębowa drobiowa 60g	60g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g		
		Margaryna 10g	10g	Ser twarogowy w plastrach 45g *mleko/	45g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g		
		Herbata z cytryną	250g	Salata 30g	30g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g		
		Kisiel 250ml	250g	masło 10g *mleko/	10g						
				Herbata z cytryną	250g						
II						Kefir szt. *mleko/	200g	Kefir szt. *mleko/	200g	Kefir szt. *mleko/	200g
OBİAD		Zupa solferino 350ml	350g	Zupa solferino 350ml	350g	Zupa solferino 350ml	350g	Zupa solferino 350ml	350g	Zupa krem ziemniaczany z pomidorami 500ml * gluten/*jaja/*mleko/*seler/	500g
		Gulasz z udźca z indyka (d) 150g * gluten/*mleko/*seler/	150g	Gulasz z udźca z indyka (d) 150g * gluten/*mleko/*seler/	150g	Gulasz z udźca z indyka (d) 150g * gluten/*mleko/*seler/	150g	Gulasz z udźca z indyka (d) 150g * gluten/*mleko/*seler/	150g		
		Kasza jęczmienna (g) 180g	180g	Kasza jęczmienna (g) 180g	180g	Kasza jęczmienna (g) 150g	150g	Kasza gryczana (g) 180g	180g		
		Gotowane warzywa 150g *seler/	150g	Gotowane warzywa 150g *seler/	150g	Gotowane warzywa 150g *seler/	150g	Gotowane warzywa 150g *seler/	150g		
		Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g		
				Kefir szt. *mleko/	200g						
Podwieczorek					Kalafior gotowany 150g *soja/	150g	Kalafior gotowany 150g *soja/	150g			
Kolacja		Chleb pszenny 100g * gluten/	100g	Chleb pszenny 100g * gluten/	100g	Chleb pszenny 100g * gluten/	100g	Chleb razowy 90g * gluten/	90g	Zupa krem buraczkowy (g) 500ml *mleko/*seler/	500g
		Pasztet warzywny 1szt. *soja/*gorczyca/	113g	Schab biały 60g *soja/	60g	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g		
		Pomidor 100g	100g	Pomidor 100g	100g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g		
		Margaryna 10g	10g	masło 10g *mleko/	10g	Herbata miętowa	250g	Herbata miętowa	250g		
		Herbata miętowa	250g	Herbata miętowa	250g						
II		Banan 1szt.	120g	Banan 1szt.	120g	Kanapka pszenna z dżemem 1 szt. * gluten/	80g	Kanapka razowa z domową wędliną z indyka 1 szt. * gluten/	80g		
kcal		Energia	2268,5	Energia	2073,1	Energia	1918,2	Energia	2105,4	Energia	1968,6
g		Białko	68,062	Białko	111,22	Białko	115,09	Białko	135,41	Białko	80,486
g		Tłuszcz	104,47	Tłuszcz	63,48	Tłuszcz	51,175	Tłuszcz	62,43	Tłuszcz	79,116
g		Kwasy Nasycone	35,012	Kwasy Nasycone	18,837	Kwasy Nasycone	16,352	Kwasy Nasycone	19,292	Kwasy Nasycone	23,359
g		Węglowodany ogółem	266,25	Węglowodany ogółem	270,72	Węglowodany ogółem	251,77	Węglowodany ogółem	242,56	Węglowodany ogółem	241
g		W tym cukry	38,583	W tym cukry	33,993	W tym cukry	25,992	W tym cukry	24,488	W tym cukry	48,075
g		Blonnik pokarmowy	29,599	Blonnik pokarmowy	27,239	Blonnik pokarmowy	29,064	Blonnik pokarmowy	41,834	Blonnik pokarmowy	23,301
mg		Sód	743,64	Sód	1610,2	Sód	1619,4	Sód	1687,5	Sód	393,27

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 19 sierpnia 2025											
DIETA		Dieta niskobiałkowa		Dieta bogatobiałkowa		Dieta dializowana/bezsolna		Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dializowana		Dieta płynna wzmocniona/papkowata	
I	SNIADANIE	Chleb bezglutenowy 100g *soja/+ziarna_sezamu/	100g	Musli na mleku (g) 300g *gluten/*mleko/+orzechy/	300g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Zupa krem dyniowy (g) 500ml *gluten/*mleko/*seler/	500g
		Hummus gotowy 115g *ziarna_sezamu/	115g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g		
		Pomidor 50g	50g	Szynka krucha 30g *soja/	30g	Roszpunka	10g	Roszpunka	10g		
		Roszpunka	10g	Ser twarogowy topiony 2szt *mleko/	34g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g		
		Margaryna 10g	10g	Pomidor 50g	50g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g		
		Herbata z cytryną	250g	Roszpunka	10g						
				masło 10g *mleko/	10g						
				Herbata z cytryną	250g						
II						Kanapka pszenna z domową wędliną z kurczaka 1 szt. *soja/	80g	Kanapka razowa z domową wędliną z kurczaka 1 szt. *soja/	80g	Skyr szt. *mleko/	140g
I	OBIAD	Zupa pomidorowa z makaronem (g) b/m 350ml *gluten/+soja/*seler/	350g	Zupa pomidorowa z makaronem (g) 350ml *gluten/+soja/*mleko/*seler/	350g	Rosół z makaronem b/s (g) 350ml *gluten/+soja/*seler/	350g	Rosół z makaronem b/s (g) 350ml *gluten/+soja/*seler/	350g	Zupa krem z pomidora (g) 500ml *mleko/*seler/	500g
		Danie wegetariańskie (p) 100g *gluten/*soja/	100g	Kotlet mielony wieprzowy (p) 100g *gluten/*jaja/	100g	Kotlet mielony wieprzowy (p) b/s 100g *gluten/*jaja/	100g	Kotlet mielony wieprzowy (p) b/s 100g *gluten/*jaja/	100g		
		Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Ziemniaki gotowane 150g	150g		
		Surówka z buraków z cebulką 150g	150g	Surówka z buraków z cebulką 150g	150g	Tarte buraczki 150g	150g	Tarte buraczki 150g	150g		
		Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g		
				Skyr szt. *mleko/	140g						
II	Podwieczorek					Gotowane warzywa 150g *seler/	150g	Gotowane warzywa 150g *seler/	150g		
I	KOLACJA	Chleb bezglutenowy 100g *soja/+ziarna_sezamu/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Zupa krem krupnik (g) 500ml *mleko/*seler/	500g
		Wędlina węgalska 90g	90g	Pasta z tuńczyka *jaja/*ryby/*gorczyca/	100g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g		
		Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	Papryka 50g	50g	Papryka 50g	50g		
		Margaryna 10g	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g		
		Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g		
II		Sok wielowarzywny 300ml	300g	Sok wielowarzywny 300ml	300g	Kisiel 250ml	250g	Kisiel 250ml	250g	Sok wielowarzywny 300ml	300g
kcal	Energia	2138,47	Energia	2231,74	Energia	2007,29	Energia	1964,39	Energia	1998,8	
g	Białko	52,1861	Białko	126,529	Białko	141,956	Białko	137,506	Białko	104,18	
g	Tłuszcz	95,134	Tłuszcz	99,2492	Tłuszcz	49,547	Tłuszcz	49,917	Tłuszcz	90,997	
g	Kwasy Nasycone	21,4382	Kwasy Nasycone	30,0782	Kwasy Nasycone	22,4382	Kwasy Nasycone	22,4082	Kwasy Nasycone	33,165	
g	Węglowodany ogółem	232,807	Węglowodany ogółem	247,776	Węglowodany ogółem	251,68	Węglowodany ogółem	233,48	Węglowodany ogółem	232,42	
g	W tym cukry	26,7092	W tym cukry	27,2345	W tym cukry	35,174	W tym cukry	36,504	W tym cukry	61,391	
g	Błonnik pokarmowy	31,0145	Błonnik pokarmowy	22,7916	Błonnik pokarmowy	24,303	Błonnik pokarmowy	35,543	Błonnik pokarmowy	21,897	
mg	Sód	182,762	Sód	1519,85	Sód	1710,21	Sód	1726,11	Sód	478,83	

kal	Energia	2138,47	Energia	2231,74	Energia	2007,29	Energia	1964,39	Energia	1998,8
g	Białko	52,1861	Białko	126,529	Białko	141,956	Białko	137,506	Białko	104,18
g	Tłuszcz	95,134	Tłuszcz	99,2492	Tłuszcz	49,547	Tłuszcz	49,917	Tłuszcz	90,997
g	Kwasy Nasycone	21,4382	Kwasy Nasycone	30,0782	Kwasy Nasycone	22,4382	Kwasy Nasycone	22,4082	Kwasy Nasycone	33,165
g	Węglowodany ogółem	232,807	Węglowodany ogółem	247,776	Węglowodany ogółem	251,68	Węglowodany ogółem	233,48	Węglowodany ogółem	232,42
g	W tym cukry	26,7092	W tym cukry	27,2345	W tym cukry	35,174	W tym cukry	36,504	W tym cukry	61,391
g	Błonnik pokarmowy	31,0145	Błonnik pokarmowy	22,7916	Błonnik pokarmowy	24,303	Błonnik pokarmowy	35,543	Błonnik pokarmowy	21,897
mg	Sód	182,762	Sód	1519,85	Sód	1710,21	Sód	1726,11	Sód	478,83

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

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie											
DZIAŁ ŻYWIENIA											
środa 20 sierpnia 2025											
DIETA		Dieta niskobiałkowa		Dieta bogatobiałkowa		Dieta dializowana/bezsolna		Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dializowana		Dieta płynna wzmocniona/papkowata	
I SNIADANIE		Chleb bezglutenowy 100g *soja/*ziarna_sezamu/	100g	Serek wiejski 1 szt.	200g	Bułka kajzerka 50g *gluten/	50g	Bułka razowa 70g *gluten/	70g	Zupa krem z pomidora/r 500ml *mleko/*seler/	500g
		Parówki wegetariańskie (g) 2 szt. *gluten/	100g	Bułka kajzerka 50g *gluten/	50g	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g		
		Ketchup 1 szt.	1g	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g	Mini mozzarella 45g *mleko/	45g		
		Salata 30g	30g	Parówki z indyka (g) 3 szt.	90g	Mini mozzarella 45g *mleko/	45g	Salata 30g	30g		
		Margaryna 10g	10g	Ketchup 1 szt.	1g	Salata 30g	30g	masło 10g *mleko/	10g		
		Herbata z cytryną	250g	Mini mozzarella 45g *mleko/	45g	masło 10g *mleko/	10g	Herbata z cytryną	250g		
		Budyń na mleku roślinnym 250ml *gluten/	250g	Salata 30g	30g	Herbata z cytryną	250g				
				masło 10g *mleko/	10g						
			Herbata z cytryną	250g							
	II						Kanapka pszenna z miodem 1 szt. *gluten/	80g	Kanapka razowa z domową wędliną z kurczaka 1 szt. *gluten/	80g	Serek wiejski 1 szt.
OBİAD		Manna na rosole wege 350ml *gluten/*seler/	350g	Manna na rosole (g) 350ml *gluten/*seler/	350g	Manna na rosole (g) 350ml *gluten/*seler/	350g	Manna na rosole (g) 350ml *gluten/*seler/	350g	Krem z warzyw (g) 500ml *gluten/*jaja/*mleko/*seler/	500g
	Danie wegańskie (p) 100g *gluten/*soja/	100g	Wątróbka drobiowa (s)	120g	Filet z kurczaka soute (p) 100g *gluten/	100g	Filet z kurczaka soute (p) 100g *gluten/	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			
			Budyń na mleku roślinnym 250ml *gluten/	250g							
Podwieczorek					Marchewka mini gotowana 150g	150g	Brokuł gotowany 150g	150g			
II KOLACJA		Chleb bezglutenowy 100g *soja/*ziarna_sezamu/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Krem z warzyw (g) 500ml *gluten/*jaja/*mleko/*seler/	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. *soja/*gorczyca/	113g	Rzodkiewka 50g	50g	Rzodkiewka 50g	50g		
		Margaryna 10g	10g	Pomidor 100g	100g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g		
		Herbata rumiankowa	250g	masło 10g *mleko/	10g	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g		
				Herbata rumiankowa	250g						
	II	Mus owocowo-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g	Mus owocowo-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g	Mus owocowo-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g	Skyr smakowy szt. *mleko/	140g	Mus owocowo-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g
kcal	Energia	2124,6	Energia	2510,3	Energia	2133,3	Energia	2116,5	Energia	2020,6	
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	Błonnik pokarmowy	36,077	Błonnik pokarmowy	23,557	Błonnik pokarmowy	28,199	Błonnik pokarmowy	34,992	Błonnik 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. orzechy ziemne; 6. soja; 7. mleko; 8. orzechy; 9. seler; 10. gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. lubin
 (*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen. Sposób przygotowania: (g) - gotowane, (s) - smażone, (d) - duszone, (p) - pieczone, (gr) - grillowane
 W uzasadnionych przypadkach 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 Żywności.
 Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie												
DZIAŁ ŻYWIENIA												
czwartek 21 sierpnia 2025												
DIETA		Dieta niskobiałkowa		Dieta bogatobiałkowa		Dieta dializowana/bezsolna		Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dializowana		Dieta płynna wzmocniona/papkowata		
SNIADANIE	I	Chleb bezglutenowy 100g *soja/+ziarna_sezamu/	100g	Manna na mleku (g) 300ml *gluten/*mleko/	300g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Zupa krem z selera (g) 500ml *gluten/*mleko/*seler/	350g	
		Pasta z awokado i szczypiorkiem	100g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Pasta z białek jaj z awokado b/s *jaja/*mleko/	100g	Pasta z białek jaj z awokado b/s *jaja/*mleko/	100g			
		Mix sałat z pomidorkami	60g	Pasta z jaj z awokado i szczypiorkiem *jaja/	100g	Mix sałat z oliwą	60g	Mix sałat z oliwą	60g			
		Margaryna 10g	10g	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g			
		Herbata z cytryną	250g	Mix sałat z pomidorkami	60g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g			
				masło 10g *mleko/	10g							
				Herbata z cytryną	250g							
				Kefir szt. *mleko/	200g							
	II					Kanapka pszenna z pasztetem DZ 1 szt. *gluten/*jaja/*soja/*mleko/*seler/	80g	Kanapka razowa z pasztetem DZ 1 szt. *gluten/*jaja/*soja/*mleko/*seler/	80g	Kefir szt. *mleko/	200g	
OBIAD		Zupa buraczkowa (g) 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa buraczkowa (g) 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa buraczkowa b/s (g) 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa buraczkowa b/s (g) 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa krem z fasolki (g) 500ml *mleko/	500g	
		Pierogi z mięsem (g) 8 szt.	125g	Pierogi z mięsem (g) 10 szt.	200g	Kotlet mielony drobiowy b/s 100g *gluten/*jaja/	100g	Kotlet mielony drobiowy b/s 100g *gluten/*jaja/	100g			
		Surówka koperkowa *jaja/*gorczyca/	150g	Gotowane warzywa 150g *seler/	150g	Ziemniaki gotowane b/s 180g	180g	Ziemniaki gotowane b/s 180g	180g			
		Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Gotowane warzywa b/s 150g *seler/	150g	Gotowane warzywa b/s 150g *seler/	150g			
		Banan 1szt.	120g	Banan 1szt.	120g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g			
Podwieczorek						Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g			
Kolacja	I	Chleb bezglutenowy 50g *soja/+ziarna_sezamu/	50g	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Chleb razowy 30g *gluten/	30g	Zupa krem z fasolki (g) 500ml *mleko/	500g	
		Salatka z kaszą bulgur, suszonymi pomidorami, ogórkiem i soczewicą *gluten/*gorczyca/	250g	Salatka z kaszą bulgur, suszonymi pomidorami, serem typu feta, soczewicą i szynką *gluten/*gorczyca/	250g	Salatka z kaszą bulgur, ogórkiem i szynką *gluten/	250g	Salatka z kaszą bulgur, ogórkiem i szynką *gluten/	250g			
		Margaryna 10g	10g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g			
		Herbata malinowa	250g	masło 10g *mleko/	10g	Herbata malinowa	250g	Herbata malinowa	250g			
				Herbata malinowa	250g							
	II		Kisiel 250ml	250g	Serek homogenizowany waniliowy 1szt. *mleko/	100g	Kisiel 250ml	250g	Kisiel 250ml	250g	Serek homogenizowany waniliowy 1szt. *mleko/	100g
kcal	Energia	1933	Energia	2655,4	Energia	2237,5	Energia	2260,4	Energia	2273,2		
g	Białko	38,99	Białko	148,1	Białko	103,87	Białko	101,92	Białko	104,66		
g	Tłuszcz	92,251	Tłuszcz	103,16	Tłuszcz	96,861	Tłuszcz	97,346	Tłuszcz	72,817		
g	Kwasy Nasycone	4,8212	Kwasy Nasycone	29,936	Kwasy Nasycone	27,59	Kwasy Nasycone	27,605	Kwasy Nasycone	12,715		
g	Węglowodany ogółem	231,31	Węglowodany ogółem	278,93	Węglowodany ogółem	235,44	Węglowodany ogółem	233,63	Węglowodany ogółem	312,39		
g	W tym cukry	35,534	W tym cukry	54,344	W tym cukry	22,792	W tym cukry	24,097	W tym cukry	95,313		
g	Błonnik pokarmowy	24,346	Błonnik pokarmowy	25,719	Błonnik pokarmowy	30,501	Błonnik pokarmowy	40,106	Błonnik pokarmowy	26,485		
mg	Sód	156,28	Sód	1452,4	Sód	1702,4	Sód	1772,4	Sód	467,75		

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 22 sierpnia 2025											
DIETA		Dieta niskobiałkowa		Dieta bogatobiałkowa		Dieta dializowana/bezsolna		Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dializowana		Dieta płynna wzmocniona/papkowata	
SNIADANIE	I	Chleb bezglutenowy 100g * soja/+ziarna_sezamu/	100g	Płatki ryżowe na mleku (g) 300ml * mleko/	300g	Rogal pszenny 80g * gluten/	70g	Bułka razowa 70g * gluten/	70g	Zupa krem ziemniaczany z pomidorami (g) 500ml * gluten/*jaja/* mleko/* seler/	500g
		Paszтет warzywny 1szt. * soja/* gorczyca/	113g	Rogal pszenny 80g * gluten/	70g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g		
		Pomidor 100g	100g	Paszтет warzywny 1szt. * soja/* gorczyca/	113g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g		
		Margaryna 10g	10g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g	masło 10g * mleko/	10g	masło 10g * mleko/	10g		
		Herbata z cytryną	250g	Pomidor 100g	100g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g		
				masło 10g * mleko/	10g						
				Herbata z cytryną	250g						
	II					Kanapka pszenna z domową wędliną z kurczaka 1 szt. * gluten/	80g	Kanapka razowa z domową wędliną z kurczaka 1 szt. * gluten/	80g	Serek wiejski 1 szt.	200g
	OBIAD		Rosół z makaronem (nb) (g) 350ml * gluten/+soja/* seler/	350g	Zupa neapolitańska z makaronem (g) 350ml * gluten/*soja/* mleko/* seler/	350g	Rosół z makaronem b/s (g) 350ml * gluten/+soja/* seler/	350g	Rosół z makaronem b/s (g) 350ml * gluten/+soja/* seler/	350g	Zupa krem żurek (g) 500ml * gluten/* mleko/* seler/
Danie wegańskie (p) 100g * gluten/* soja/		100g	Ryba pieczona 100g * gluten/* ryby/	100g	Ryba pieczona b/s 100g * gluten/* ryby/	100g	Ryba pieczona b/s 100g * gluten/* ryby/	100g			
Sos koperkowy (g) 80g * gluten/* mleko/* seler/		80g	Sos koperkowy (g) 80g * gluten/* mleko/* seler/	80g	Sos koperkowy (g) 80g * gluten/* mleko/* seler/	80g	Sos koperkowy (g) 80g * gluten/* mleko/* seler/	80g			
Ryż z warzywami (g) 250g		180g	Ryż z warzywami (g) 250g	180g	Ryż z warzywami (g) 250g	180g	Ryż z warzywami (g) 250g	180g			
Kompot 250ml		250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g			
			Serek wiejski 1 szt.	200g							
Podwieczorek					Marchewka mini gotowana 150g	150g	Marchewka mini gotowana al dente 150g	150g			
KOLACJA	I	Chleb bezglutenowy 100g * soja/+ziarna_sezamu/	100g	Chleb pszenny 100g * gluten/	100g	Chleb pszenny 100g * gluten/	100g	Chleb razowy 90g * gluten/	90g	Krem z warzyw d/p (g) 500ml * gluten/*jaja/* mleko/* seler/	500g
		Wędlina wegetariańska 90g	90g	Twaróg 100g * mleko/	100g	Twaróg 100g * mleko/	100g	Twaróg 100g * mleko/	100g		
		Miód 1 szt.	25g	Miód 1 szt.	25g	Miód 2 szt.	50g	Kielki	5g		
		Pomidor 50g	50g	Kielki	5g	Kielki	5g	masło 10g * mleko/	10g		
		Kielki	5g	Pomidor 50g	50g	masło 10g * mleko/	10g	Herbata owocowa	250g		
		Margaryna 10g	10g	masło 10g * mleko/	10g	Herbata owocowa	250g				
		Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g						
	II	Mus owsianka 1szt. * mleko/	100g	Mus owsianka 1szt. * mleko/	100g	Mus owsianka 1szt. * mleko/	100g	Mus owsianka 1szt. * mleko/	100g	Mus owsianka 1szt. * mleko/	100g
kcal	Energia	2195,3	Energia	2519,2	Energia	2168,6	Energia	1929,9	Energia	2205,7	
g	Białko	41,948	Białko	147,57	Białko	136,44	Białko	132,54	Białko	108,09	
g	Tłuszcz	124,19	Tłuszcz	103,38	Tłuszcz	62,393	Tłuszcz	62,366	Tłuszcz	98,306	
g	Kwasy Nasycone	37,181	Kwasy Nasycone	34,202	Kwasy Nasycone	21,843	Kwasy Nasycone	22,011	Kwasy Nasycone	31,841	
g	Węglowodany ogółem	220,51	Węglowodany ogółem	249,15	Węglowodany ogółem	264,12	Węglowodany ogółem	202,38	Węglowodany ogółem	226,15	
g	W tym cukry	46,746	W tym cukry	43,626	W tym cukry	65,439	W tym cukry	28,889	W tym cukry	66,951	
g	Błonnik pokarmowy	22,748	Błonnik pokarmowy	17,462	Błonnik pokarmowy	20,302	Błonnik pokarmowy	29,795	Błonnik pokarmowy	14,164	
mg	Sód	115,77	Sód	1328,7	Sód	1536,6	Sód	1504,4	Sód	503,09	

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 zastęgowany możliwość wymiany zaplanowanych w jadłospisie produktów na równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych. Szczegółowy wykaz składników dań kulinarnych oraz produktów spożywczych dostępny na życzenie u dietetyka lub kierownika Działu Żywnia.
 Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie											
DZIAŁ ŻYWIENIA											
sobota 23 sierpnia 2025											
DIETA		Dieta niskobiałkowa		Dieta bogatobiałkowa		Dieta dializowana/bezsolna		Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dializowana		Dieta płynna wzmocniona/papkowata	
I SNIADANIE		Chleb bezglutenowy 100g *soja/+ziarna_sezamu/	100g	Płatki kukurydziane na mleku (g) 300ml *mleko/	300g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Krem z białych warzyw (g) 500ml *mleko/*seler/	500g
		Wędlina wegetariańska 90g	90g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Domowa wędlina z indyka 60g	60g	Domowa wędlina z indyka 60g	60g		
		Salata 30g	30g	Kiełbasa żywiecka 30g	30g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g		
		Margaryna 10g	10g	Serek Śmietankowy 100g *mleko/	100g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g		
		Herbata z cytryną	250g	Salata 30g	30g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g		
				masło 10g *mleko/	10g						
				Herbata z cytryną	250g						
				Skyr smakowy szt. *mleko/	140g						
II						Kanapka pszenna z domową wędliną z indyka 1 szt. *gluten/	80g	Kanapka razowa z domową wędliną z indyka 1 szt. *gluten/	80g	Skyr smakowy szt. *mleko/	140g
OBIAD		Zupa barszcz biały 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa barszcz biały 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa barszcz biały b/s 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa barszcz biały b/s 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa krem szpinakowy z ziemniakami (g) 500ml *gluten/+soja/*mleko/*seler/	500g
		Warzywa duszone z ciecierzycą w sosie śmietanowym *mleko/	250g	Sos carbonara z warzywami i kielbasą drobiową(d) *gluten/*mleko/*seler/	250g	Sos carbonara z warzywami i kielbasą drobiową(d) *gluten/*mleko/*seler/	250g	Sos carbonara z warzywami i kielbasą drobiową(d) *gluten/*mleko/*seler/	250g		
		Makaron bezglutenowy (g) 180g	180g	Makaron pszenny kolorowy 180g *gluten/	180g	Makaron pszenny kolorowy 150g *gluten/	150g	Makaron pełnoziarnisty (g) 150g *gluten/+soja/	150g		
		Brokuł gotowany 150g	150g	Brokuł gotowany 150g	150g	Brokuł gotowany 150g	150g	Brokuł gotowany 150g	150g		
		Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g		
		Nektarynka	120g	Banan 1szt.	200g						
Podwieczorek					Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g			
Kolacja		Chleb bezglutenowy 100g *soja/+ziarna_sezamu/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Zupa krem koperkowy (g) 500ml *mleko/*seler/	500g
		Hummus gotowy 115g *ziarna_sezamu/	115g	Hummus gotowy 115g *ziarna_sezamu/	115g	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g		
		Pomidor 100g	100g	Pomidor 100g	100g	Papryka 50g	50g	Papryka 50g	50g		
		Margaryna 10g	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g		
		Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g		
II		Mus owocowy 1szt.	100g	Mus owocowy 1szt.	100g	Mus owocowy 1szt.	100g	Mus owocowy 1szt.	100g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g
kcal	Energia	2332,7	Energia	2592,6	Energia	2100,6	Energia	2140,5	Energia	1985,6	
g	Białko	51,088	Białko	123,43	Białko	131,59	Białko	130,35	Białko	94,891	
g	Tłuszcz	101,28	Tłuszcz	73,326	Tłuszcz	56,826	Tłuszcz	57,396	Tłuszcz	72,951	
g	Kwasy Nasycone	20,588	Kwasy Nasycone	20,393	Kwasy Nasycone	20,708	Kwasy Nasycone	20,738	Kwasy Nasycone	25,265	
g	Węglowodany ogółem	267,4	Węglowodany ogółem	334,05	Węglowodany ogółem	263,55	Węglowodany ogółem	262,67	Węglowodany ogółem	241,68	
g	W tym cukry	41,028	W tym cukry	58,783	W tym cukry	27,947	W tym cukry	30,757	W tym cukry	46,091	
g	Błonnik pokarmowy	34,364	Błonnik pokarmowy	32,949	Błonnik pokarmowy	32,439	Błonnik pokarmowy	46,229	Błonnik pokarmowy	17,005	
mg	Sód	196,91	Sód	2086,8	Sód	2308,7	Sód	2327,4	Sód	407,83	

kcal	Energia	2332,7	Energia	2592,6	Energia	2100,6	Energia	2140,5	Energia	1985,6
g	Białko	51,088	Białko	123,43	Białko	131,59	Białko	130,35	Białko	94,891
g	Tłuszcz	101,28	Tłuszcz	73,326	Tłuszcz	56,826	Tłuszcz	57,396	Tłuszcz	72,951
g	Kwasy Nasycone	20,588	Kwasy Nasycone	20,393	Kwasy Nasycone	20,708	Kwasy Nasycone	20,738	Kwasy Nasycone	25,265
g	Węglowodany ogółem	267,4	Węglowodany ogółem	334,05	Węglowodany ogółem	263,55	Węglowodany ogółem	262,67	Węglowodany ogółem	241,68
g	W tym cukry	41,028	W tym cukry	58,783	W tym cukry	27,947	W tym cukry	30,757	W tym cukry	46,091
g	Błonnik pokarmowy	34,364	Błonnik pokarmowy	32,949	Błonnik pokarmowy	32,439	Błonnik pokarmowy	46,229	Błonnik pokarmowy	17,005
mg	Sód	196,91	Sód	2086,8	Sód	2308,7	Sód	2327,4	Sód	407,83

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. kubin
 (*) 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 Żywnienia.
 Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie																																																																																																											
DZIAŁ ŻYWIENIA																																																																																																											
niedziela 24 sierpnia 2025																																																																																																											
DIETA		Dieta niskobiałkowa		Dieta bogatobiałkowa		Dieta dializowana/bezsolna		Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów dializowana		Dieta płynna wzmocniona/papkowata																																																																																																	
I	SNIADANIE	Chleb bezglutenowy 100g *soja/+ziarna_sezamu/	100g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Zupa krem buraczkowy (g) 500ml *mleko/*seler/	500g																																																																																																
		Pasztet warzywny 1szt. *soja/*gorczyca/	113g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Jajko gotowane 2 szt. z majonezem *jaja/*gorczyca/	140g	Jajko gotowane 2 szt. z majonezem *jaja/*gorczyca/	140g																																																																																																		
		Pomidor 50g	50g	Jajko gotowane 2 szt. *jaja/	140g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g																																																																																																		
		Salata 30g	30g	Domowa wędlina wieprzowa 30g	30g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g																																																																																																		
		Margaryna 10g	10g	Pomidor 50g	50g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g																																																																																																		
		Herbata z cytryną	250g	Salata 30g	30g																																																																																																						
		Kisiel 250ml	250g	masło 10g *mleko/	10g																																																																																																						
				Herbata z cytryną	250g																																																																																																						
				Serek wiejski 1 szt.	200g																																																																																																						
II						Kanapka pszenna z dżemem 1 szt. *gluten/	80g	Kanapka razowa z domową wędliną wieprzową 1 szt. *gluten/	80g	Serek wiejski 1 szt.	200g																																																																																																
OBİAD		Zupa jarzynowa (g) 350ml	350g	Zupa jarzynowa (g) 350ml	350g	Zupa jarzynowa b/s (g) 350ml	350g	Zupa jarzynowa b/s (g) 350ml	350g	Zupa krem jarzynowy (g) 500ml *mleko/	500g																																																																																																
		Danie wegańskie 100g *gluten/*soja/	100g	Eskalopek drobiowy pieczony 100g *gluten/*jaja/	100g	Eskalopek drobiowy pieczony b/s 100g *gluten/*jaja/	100g	Eskalopek drobiowy pieczony b/s 100g *gluten/*jaja/	100g																																																																																																		
		Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Ziemniaki gotowane b/s 150g	150g																																																																																																		
		Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Surówka z porem 150g *jaja/*gorczyca/	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g																																																																																																		
		Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g																																																																																																		
Podwieczorek						Gotowane warzywa 150g *seler/	150g	Gotowane warzywa 150g *seler/	150g																																																																																																		
KOLACJA		Chleb bezglutenowy 100g *soja/+ziarna_sezamu/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Zupa krem jarzynowy (g) 500ml *mleko/	500g																																																																																																
		Parówki wegetariańskie 2 szt. *gluten/	100g	Parówki cielęce (g) 3 szt. *gorczyca/	90g	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g																																																																																																		
		Ketchup 1 szt.	1g	Ketchup 1 szt.	1g	Ogórek 50g	50g	Ogórek 50g	50g																																																																																																		
		Salata 30g	30g	Ogórek 50g	50g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g																																																																																																		
		Margaryna 10g	10g	Salata 30g	30g	Herbata czarna b/c	250g	Herbata czarna b/c	250g																																																																																																		
		Herbata czarna b/c	250g	masło 10g *mleko/	10g																																																																																																						
				Herbata czarna b/c	250g																																																																																																						
II		Mus ryżowy 1szt. *mleko/	100g	Kanapka razowa z poledwicą miodową 1 szt. *gluten/*soja/*seler/	80g	Kisiel 250ml	250g	Kisiel 250ml	250g	Mus ryżowy 1szt. *mleko/	100g																																																																																																
<table><tr><td>kcal</td><td>Energia</td><td>2044,7</td><td>Energia</td><td>2225,2</td><td>Energia</td><td>2104</td><td>Energia</td><td>2220,8</td><td>Energia</td><td>2200,9</td><td></td></tr><tr><td>g</td><td>Białko</td><td>50,328</td><td>Białko</td><td>133,74</td><td>Białko</td><td>117,02</td><td>Białko</td><td>136,17</td><td>Białko</td><td>97,744</td><td></td></tr><tr><td>g</td><td>Tłuszcz</td><td>102,25</td><td>Tłuszcz</td><td>96,842</td><td>Tłuszcz</td><td>71,512</td><td>Tłuszcz</td><td>80,197</td><td>Tłuszcz</td><td>92,422</td><td></td></tr><tr><td>g</td><td>Kwasy Nasycone</td><td>29,801</td><td>Kwasy Nasycone</td><td>27,641</td><td>Kwasy Nasycone</td><td>22,771</td><td>Kwasy Nasycone</td><td>27,201</td><td>Kwasy Nasycone</td><td>16,517</td><td></td></tr><tr><td>g</td><td>Węglowodany ogółem</td><td>221,06</td><td>Węglowodany ogółem</td><td>201,45</td><td>Węglowodany ogółem</td><td>247,92</td><td>Węglowodany ogółem</td><td>227,7</td><td>Węglowodany ogółem</td><td>254,47</td><td></td></tr><tr><td>g</td><td>W tym cukry</td><td>36,863</td><td>W tym cukry</td><td>16,698</td><td>W tym cukry</td><td>24,395</td><td>W tym cukry</td><td>22,65</td><td>W tym cukry</td><td>51,95</td><td></td></tr><tr><td>g</td><td>Błonnik pokarmowy</td><td>41,443</td><td>Błonnik pokarmowy</td><td>27,748</td><td>Błonnik pokarmowy</td><td>29,701</td><td>Błonnik pokarmowy</td><td>41,441</td><td>Błonnik pokarmowy</td><td>24,358</td><td></td></tr><tr><td>mg</td><td>Sód</td><td>352,54</td><td>Sód</td><td>1792,2</td><td>Sód</td><td>1773</td><td>Sód</td><td>1850,7</td><td>Sód</td><td>417,6</td><td></td></tr></table>												kcal	Energia	2044,7	Energia	2225,2	Energia	2104	Energia	2220,8	Energia	2200,9		g	Białko	50,328	Białko	133,74	Białko	117,02	Białko	136,17	Białko	97,744		g	Tłuszcz	102,25	Tłuszcz	96,842	Tłuszcz	71,512	Tłuszcz	80,197	Tłuszcz	92,422		g	Kwasy Nasycone	29,801	Kwasy Nasycone	27,641	Kwasy Nasycone	22,771	Kwasy Nasycone	27,201	Kwasy Nasycone	16,517		g	Węglowodany ogółem	221,06	Węglowodany ogółem	201,45	Węglowodany ogółem	247,92	Węglowodany ogółem	227,7	Węglowodany ogółem	254,47		g	W tym cukry	36,863	W tym cukry	16,698	W tym cukry	24,395	W tym cukry	22,65	W tym cukry	51,95		g	Błonnik pokarmowy	41,443	Błonnik pokarmowy	27,748	Błonnik pokarmowy	29,701	Błonnik pokarmowy	41,441	Błonnik pokarmowy	24,358		mg	Sód	352,54	Sód	1792,2	Sód	1773	Sód	1850,7	Sód	417,6	
kcal	Energia	2044,7	Energia	2225,2	Energia	2104	Energia	2220,8	Energia	2200,9																																																																																																	
g	Białko	50,328	Białko	133,74	Białko	117,02	Białko	136,17	Białko	97,744																																																																																																	
g	Tłuszcz	102,25	Tłuszcz	96,842	Tłuszcz	71,512	Tłuszcz	80,197	Tłuszcz	92,422																																																																																																	
g	Kwasy Nasycone	29,801	Kwasy Nasycone	27,641	Kwasy Nasycone	22,771	Kwasy Nasycone	27,201	Kwasy Nasycone	16,517																																																																																																	
g	Węglowodany ogółem	221,06	Węglowodany ogółem	201,45	Węglowodany ogółem	247,92	Węglowodany ogółem	227,7	Węglowodany ogółem	254,47																																																																																																	
g	W tym cukry	36,863	W tym cukry	16,698	W tym cukry	24,395	W tym cukry	22,65	W tym cukry	51,95																																																																																																	
g	Błonnik pokarmowy	41,443	Błonnik pokarmowy	27,748	Błonnik pokarmowy	29,701	Błonnik pokarmowy	41,441	Błonnik pokarmowy	24,358																																																																																																	
mg	Sód	352,54	Sód	1792,2	Sód	1773	Sód	1850,7	Sód	417,6																																																																																																	

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