

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie

DZIAŁ ŻYWIENIA

niedziela 29 marca 2026

| DIETA | Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży i okresie laktacji | | Dieta łatwostrawna dla kobiet w ciąży i okresie laktacji | | Dieta dla kobiet w ciąży z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | | Dieta wegańska dla kobiet w ciąży i okresie laktacji | | 0 | |
|--------------------|---|-------------|---|--------------------|--|-------------------|--|------|---|--|
| SNIADANIE | Kasza kukurydziana na mleku (g) 300ml *mleko/ | 300g | Kasza kukurydziana na mleku (g) 300ml *mleko/ | 300g | Jogurt naturalny szt. *mleko/ | 150g | Kasza kukurydziana na mleku roślinnym 300ml | 300g | | |
| | Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/ | 50g | Chleb pszenny 75g *gluten/ | 75g | Chleb razowy 60g *gluten/ | 60g | Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/ | 50g | | |
| | Szynka zapiekana na maśle 60g *mleko/ | 60g | Szynka zapiekana na maśle 60g *mleko/ | 60g | Szynka zapiekana na maśle 60g *mleko/ | 60g | Wędlina wegańska 90g | 90g | | |
| | Pomidor 50g | 50g | Pomidor 50g | 50g | Pomidor 50g | 50g | Oliwki zielone 5 szt. | 20g | | |
| | Oliwki zielone 5 szt. | 20g | Oliwki zielone 5 szt. | 20g | Oliwki zielone 5 szt. | 20g | Pomidor 50g | 50g | | |
| | masło 10g *mleko/ | 10g | masło 10g *mleko/ | 10g | masło 10g *mleko/ | 10g | Margaryna 10g | 10g | | |
| | Herbata z cytryną | 250g | Herbata z cytryną | 250g | Herbata z cytryną | 250g | Herbata z cytryną | 250g | | |
| II | | | | | Mandarynka 1 szt. | 130g | | | | |
| 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 (w) 350ml *mleko/*seler/ | 350g | | |
| | Roladka drobiowa z sosem szpinakowym (d) 150g *jaja/*mleko/ | 150g | Roladka drobiowa z sosem szpinakowym (d) 150g *jaja/*mleko/ | 150g | Roladka drobiowa z sosem szpinakowym (d) 150g *jaja/*mleko/ | 150g | Danie wegańskie 100g *gluten/*soja/ | 100g | | |
| | Ziemniaki gotowane 180g | 180g | Ziemniaki gotowane 180g | 180g | Ziemniaki gotowane 150g | 150g | Ziemniaki gotowane 180g | 180g | | |
| | Surówka żydowska 150g | 150g | Gotowane warzywa 150g *seler/ | 150g | Surówka żydowska 150g | 150g | Surówka żydowska 150g | 150g | | |
| | Kompot | 250g | Kompot | 250g | Kompot | 250g | Kompot | 250g | | |
| Pokwitczarek | | | | | Kanapka razowa z szynką dębową 1 szt. *gluten/ | 80g | | | | |
| Kolekcja | Chleb pszenny 75g + chleb razowy 30g *gluten/ | 100g | Chleb pszenny 100g *gluten/ | 100g | Chleb razowy 60g *gluten/ | 60g | Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/ | 50g | | |
| | Kielbaski białe 3 szt. *soja/ | 90g | Kielbaski białe 3 szt. *soja/ | 90g | Kielbaski białe 3 szt. *soja/ | 90g | Parówki wegańskie 2 szt. *gluten/ | 100g | | |
| | Ser twarogowy w plastrach 45g *mleko/ | 45g | Ser twarogowy w plastrach 45g *mleko/ | 45g | Ser twarogowy w plastrach 45g *mleko/ | 45g | Ketchup 1 szt. | 1g | | |
| | Ketchup 1 szt. | 1g | Ketchup 1 szt. | 1g | Ketchup 1 szt. | 1g | Papryka 50g | 50g | | |
| | Papryka 50g | 50g | Salata 30g | 30g | Papryka 50g | 50g | Salata 30g | 30g | | |
| | Salata 30g | 30g | masło 10g *mleko/ | 10g | Salata 30g | 30g | Margaryna 10g | 10g | | |
| | masło 10g *mleko/ | 10g | Herbata rumiankowa | 250g | masło 10g *mleko/ | 10g | Herbata rumiankowa | 250g | | |
| Herbata rumiankowa | 250g | Banan 1szt. | 120g | Herbata rumiankowa | 250g | Mandarynka 1 szt. | 130g | | | |
| III | Mus owocowy 1szt. | 100g | Mus owocowy 1szt. | 100g | Kanapka razowa z twarogiem 1 szt. *gluten/*mleko/ | 80g | Mus owocowy 1szt. | 100g | | |

| | | | | | | | | |
|------|--------------------|--------|--------------------|--------|--------------------|--------|--------------------|--------|
| kcal | Energia | 2139,7 | Energia | 2083,9 | Energia | 2199,7 | Energia | 2159,5 |
| g | Białko | 103,25 | Białko | 103,45 | Białko | 109,22 | Białko | 55,336 |
| g | Tłuszcz | 77,592 | Tłuszcz | 78,382 | Tłuszcz | 82,731 | Tłuszcz | 84,478 |
| g | Kwasy Nasycone | 29,376 | Kwasy Nasycone | 31,7 | Kwasy Nasycone | 29,191 | Kwasy Nasycone | 30,776 |
| g | Węglowodany ogółem | 248,73 | Węglowodany ogółem | 236,72 | Węglowodany ogółem | 238,79 | Węglowodany ogółem | 278,73 |
| g | W tym cukry | 50,787 | W tym cukry | 55,777 | W tym cukry | 29,512 | W tym cukry | 52,289 |
| g | Błonnik pokarmowy | 30,866 | Błonnik pokarmowy | 26,341 | Błonnik pokarmowy | 36,771 | Błonnik pokarmowy | 44,789 |
| mg | Sód | 2939,3 | Sód | 2863,7 | Sód | 3063,1 | Sód | 2156,6 |

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

WSZELKIE UWAGI DOTYCZĄCE POSILKÓW ORAZ OPINIE MOŻNA ZŁOŻYĆ NA FORMULARZU DOSTĘPNYM W DYŻURKACH PIELEGNIARSKICH.

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie

DZIAŁ ŻYWIENIA

poniedziałek 30 marca 2026

| DIETA | Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży i okresie laktacji | | Dieta łatwostrawna dla kobiet w ciąży i okresie laktacji | | Dieta dla kobiet w ciąży z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | | Dieta wegańska dla kobiet w ciąży i okresie laktacji | | 0 | |
|--------------|--|------|--|--|--|------|--|------|---|--|
| SNIADANIE | Musli na mleku (g) *gluten/*mleko/+orzeczy/ | 300g | Musli na mleku (g) *gluten/*mleko/+orzeczy/ | 300g | Jogurt naturalny 1 szt. *mleko/ | 150g | Musli na mleku roślinnym (g) *gluten/+orzeczy/ | 300g | | |
| | Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/ | 50g | Chleb pszenny 75g *gluten/ | 75g | Chleb razowy 60g *gluten/ | 60g | Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/ | 50g | | |
| | Polewica sopocka 60g *soja/ | 60g | Polewica sopocka 60g *soja/ | 60g | Polewica sopocka 60g *soja/ | 60g | Wędlina wegańska 90g | 90g | | |
| | Miód 1 szt. | 25g | Miód 1 szt. | 25g | Ogórek 50g | 50g | Miód 1 szt. | 25g | | |
| | Ogórek 50g | 50g | Pomidor 100g | 100g | Pomidor 50g | 50g | Ogórek 50g | 50g | | |
| | Pomidor 50g | 50g | masło 10g *mleko/ | 10g | masło 10g *mleko/ | 10g | Pomidor 50g | 50g | | |
| | masło 10g *mleko/ | 10g | Herbata z cytryną | 250g | Herbata z cytryną | 250g | Margaryna 10g | 10g | | |
| | Herbata z cytryną | 250g | | | | | Herbata z cytryną | 250g | | |
| | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| II | Skyr 1 szt. *mleko/ | 140g | Skyr 1 szt. *mleko/ | 140g | Skyr 1 szt. *mleko/ | 140g | Skyr 1 szt. *mleko/ | 140g | | |
| 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) b/m 350ml *soja/*seler/ | 350g | | |
| | Bitka schabowa duszona 100g *gluten/ | 100g | Bitka schabowa duszona 100g *gluten/ | 100g | Bitka schabowa duszona 100g *gluten/ | 100g | Danie wegańskie 100g *gluten/*soja/ | 100g | | |
| | Sos własny (g) 80g *gluten/*seler/ | 80g | Sos własny (g) 80g *gluten/*seler/ | 80g | Sos własny (g) 80g *gluten/*seler/ | 80g | Kasza bulgur gotowana 180g *gluten/ | 180g | | |
| | Kasza bulgur gotowana 180g *gluten/ | 180g | Kasza bulgur gotowana 180g *gluten/ | 180g | Kasza bulgur gotowana 150g *gluten/ | 150g | Fasolka szparagowa gotowana 150g | 150g | | |
| | Fasolka szparagowa gotowana 150g | 150g | Fasolka szparagowa gotowana 150g | 150g | Fasolka szparagowa gotowana 150g | 150g | Kompot | 250g | | |
| | Kompot | 250g | Kompot | 250g | Kompot | 250g | | | | |
| Pokwitczarek | | | | Kanapka razowa z pastą jajeczną 1szt. *gluten/*jaja/*gorczyca/ | 100g | | | | | |
| Kolacja | Makaron pszenny z truskawkami i twarogiem 350g *gluten/+soja/*mleko/ | 350g | Makaron pszenny z truskawkami i twarogiem 350g *gluten/+soja/*mleko/ | 350g | Makaron pełnoziarnisty z truskawkami i twarogiem *gluten/+soja/*mleko/ | 350g | Makaron pełnoziarnisty z wegańskim musem truskawkowym *gluten/+soja/ | 300g | | |
| | 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 | Sok wielowarzywny 300ml | 300g | Kanapka razowa z polewicą miodową 1 szt. *gluten/*soja/*seler/ | 80g | Sok wielowarzywny 300ml | 300g | | |

| | | | | | | | | |
|------|--------------------|--------|--------------------|--------|--------------------|--------|--------------------|--------|
| kcal | Energia | 2201,7 | Energia | 2113 | Energia | 2176,8 | Energia | 2043,2 |
| g | Białko | 124,25 | Białko | 123,76 | Białko | 149,9 | Białko | 66,815 |
| g | Tłuszcz | 56,068 | Tłuszcz | 50,228 | Tłuszcz | 77,448 | Tłuszcz | 53,262 |
| g | Kwasy Nasycone | 19,68 | Kwasy Nasycone | 15,914 | Kwasy Nasycone | 16,95 | Kwasy Nasycone | 19,764 |
| g | Węglowodany ogółem | 286,88 | Węglowodany ogółem | 279,81 | Węglowodany ogółem | 242,11 | Węglowodany ogółem | 308,65 |
| g | W tym cukry | 82,762 | W tym cukry | 82,927 | W tym cukry | 33,332 | W tym cukry | 81,891 |
| g | Błonnik pokarmowy | 36,213 | Błonnik pokarmowy | 34,078 | Błonnik pokarmowy | 36,523 | Błonnik pokarmowy | 41,614 |
| mg | Sód | 2294,3 | Sód | 2239,9 | Sód | 2096,6 | Sód | 1596,6 |

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupki; 3. jaja; 5. orzeszki ziemne; 6. soja; 7. mleko; 8. orzechy; 9. seler; 10. gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. lubin
 (*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen. Sposób przygotowania: (g) - gotowane, (s) - smażone, (d) - duszone, (p) - pieczone, (gr) - grillowane
 W uzasadnionych przypadkach 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

WSZELKIE UWAGI DOTYCZĄCE POSILKÓW ORAZ OPINIE MOŻNA ZŁOŻYĆ NA FORMULARZU DOSTĘPNYM W DYŻURKACH PIELEGIARNIARSKICH.

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie

DZIAŁ ŻYWIENIA

wtorek 31 marca 2026

| DIETA | Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży i okresie laktacji | | Dieta łatwostrawna dla kobiet w ciąży i okresie laktacji | | Dieta dla kobiet w ciąży z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | | Dieta wegańska dla kobiet w ciąży i okresie laktacji | | 0 | |
|--------------|--|---|--|---|--|---|--|---|------|--|
| SNIADANIE | | Płatki ryżowe na mleku (g) 300ml *mleko/ | 300g | Płatki ryżowe na mleku (g) 300ml *mleko/ | 300g | Skyr szt. *mleko/ | 140g | Płatki ryżowe na mleku roślinnym 300ml | 300g | |
| | | Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/ | 50g | Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/ | 50g | Chleb razowy 60g *gluten/ | 60g | Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/ | 50g | |
| | | Jajecznica ze szczypiorkiem *jaja/ | 100g | Jajecznica na parze *jaja/ | 100g | Jajecznica ze szczypiorkiem *jaja/ | 100g | Paszтет warzywny 1szt. *soja/*gorczyca/ | 113g | |
| | | Pomidor 50g | 50g | Pomidor 50g | 50g | Pomidor 50g | 50g | Pomidor 50g | 50g | |
| | | Papryka 50g | 50g | Salata 30g | 30g | Papryka 50g | 50g | Papryka 50g | 50g | |
| | | masło 10g *mleko/ | 10g | masło 10g *mleko/ | 10g | masło 10g *mleko/ | 10g | Margaryna 10g | 10g | |
| | | Herbata z cytryną | 250g | Herbata z cytryną | 250g | Herbata z cytryną | 250g | Herbata z cytryną | 250g | |
| | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| | II | Jabłko 1szt. | 180g | Jabłko 1szt. | 180g | Kefir szt. *mleko/ | 200g | Jabłko 1szt. | 180g | |
| OBIAŁ | | Zupa barszcz biały (g) 350ml *mleko/*seler/ | 350g | Zupa barszcz biały (g) 350ml *mleko/*seler/ | 350g | Zupa barszcz biały (g) 350ml *mleko/*seler/ | 350g | Zupa barszcz biały b/m 350ml *seler/ | 350g | |
| | | Kotlet warzywny pieczony 100g *gluten/*soja/ | 100g | Kotlet warzywny pieczony 100g *gluten/*soja/ | 100g | Kotlet warzywny pieczony 100g *gluten/*soja/ | 100g | Kotlet warzywny pieczony 100g *gluten/*soja/ | 100g | |
| | | Ziemniaki gotowane 180g | 180g | Ziemniaki gotowane 180g | 180g | Ziemniaki gotowane 180g | 180g | Ziemniaki gotowane 180g | 180g | |
| | | Surówka koperkowa 150g *jaja/*gorczyca/ | 150g | Gotowane warzywa 150g *seler/ | 150g | Surówka koperkowa 150g *jaja/*gorczyca/ | 150g | Surówka koperkowa 150g *jaja/*gorczyca/ | 150g | |
| | | Kompot | 250g | Kompot | 250g | Kompot | 250g | Kompot | 250g | |
| | | Banan 1szt. | 120g | Banan 1szt. | 120g | Gruszka 1szt. | 120g | Banan 1szt. | 120g | |
| | | | | | | | | | | |
| Pokwitczarek | | | | | Kanapka razowa z serem 1 szt. *gluten/*mleko/ | 80g | | | | |
| Kolaćja | | Chleb pszenny 75g + chleb razowy 30g *gluten/ | 100g | Chleb pszenny 100g *gluten/ | 100g | Chleb razowy 90g *gluten/ | 90g | Chleb pszenny 75g + chleb razowy 30g *gluten/ | 100g | |
| | | Szynka z piersi indyka 60g | 60g | Szynka z piersi indyka 60g | 60g | Szynka z piersi indyka 60g | 60g | Wędlina wegańska 90g | 90g | |
| | | Mix sałat z pomidorkami i oliwą smakową | 100g | Mix sałat z pomidorkami i oliwą smakową | 100g | Mix sałat z pomidorkami i oliwą smakową | 100g | Mix sałat z pomidorkami i oliwą smakową | 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 | masło 10g *mleko/ | 10g | Margaryna 10g | 10g | |
| | | Herbata owocowa | 250g | Herbata owocowa | 250g | Herbata owocowa | 250g | Herbata owocowa | 250g | |
| | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| | II | Kefir szt. *mleko/ | 200g | Kefir szt. *mleko/ | 200g | Kanapka razowa z domową wędliną wieprzową 1 szt. *gluten/ | 80g | Mus owocowy 1szt. | 100g | |

| | | | | | | | | |
|------|--------------------|--------|--------------------|--------|--------------------|--------|--------------------|--------|
| kcal | Energia | 2254,7 | Energia | 2080,9 | Energia | 2569,9 | Energia | 2445,8 |
| g | Białko | 92,869 | Białko | 93,312 | Białko | 136,06 | Białko | 60,524 |
| g | Tłuszcz | 83,718 | Tłuszcz | 74,547 | Tłuszcz | 111,29 | Tłuszcz | 104,36 |
| g | Kwasy Nasycone | 37,568 | Kwasy Nasycone | 36,748 | Kwasy Nasycone | 43,838 | Kwasy Nasycone | 49,398 |
| g | Węglowodany ogółem | 273,86 | Węglowodany ogółem | 250,39 | Węglowodany ogółem | 277,99 | Węglowodany ogółem | 303,55 |
| g | W tym cukry | 48,522 | W tym cukry | 51,473 | W tym cukry | 31,677 | W tym cukry | 54,272 |
| g | Błonnik pokarmowy | 28,352 | Błonnik pokarmowy | 27,072 | Błonnik pokarmowy | 40,673 | Błonnik pokarmowy | 33,462 |
| mg | Sód | 2969,8 | Sód | 2949,5 | Sód | 3428,2 | Sód | 2173,1 |

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

WSZELKIE UWAGI DOTYCZĄCE POSILKÓW ORAZ OPINIE MOŻNA ZŁOŻYĆ NA FORMULARZU DOSTĘPNYM W DYŻURKACH PIELEŃNIARSKICH.

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie

DZIAŁ ŻYWIENIA

środa 01 kwietnia 2026

| DIETA | Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży i okresie laktacji | | Dieta łatwostrawna dla kobiet w ciąży i okresie laktacji | | Dieta dla kobiet w ciąży z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | | Dieta wegańska dla kobiet w ciąży i okresie laktacji | | 0 | |
|-----------|--|-------------------------------------|--|-------------------------------------|--|--|---|-------------------|------|--|
| SNIADANIE | Jogurt smakowy szt. *mleko/ | 150g | Jogurt smakowy szt. *mleko/ | 150g | Serek wiejski 1 szt. | 200g | Zupa warzywna z makaronem 300ml *gluten/*soja/*seler/ | 300g | | |
| | Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/ | 50g | Chleb pszenny 75g *gluten/ | 75g | Chleb razowy 60g *gluten/ | 60g | Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/ | 50g | | |
| | Paszтет drobiowy 100g *gluten/*jaja/*soja/*mleko/*seler/ | 100g | Paszтет drobiowy 100g *gluten/*jaja/*soja/*mleko/*seler/ | 100g | Paszтет drobiowy 100g *gluten/*jaja/*soja/*mleko/*seler/ | 100g | Hummus gotowy 115g *ziarna_sesam/ | 115g | | |
| | Ogórek kiszony 60g | 60g | Pomidor 100g | 100g | Ogórek kiszony 60g | 60g | Ogórek kiszony 60g | 60g | | |
| | Pomidor 50g | 50g | masło 10g *mleko/ | 10g | Pomidor 50g | 50g | Pomidor 50g | 50g | | |
| | masło 10g *mleko/ | 10g | Herbata z cytryną | 250g | masło 10g *mleko/ | 10g | Margaryna 10g | 10g | | |
| | Herbata z cytryną | 250g | | | Herbata z cytryną | 250g | Herbata z cytryną | 250g | | |
| | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| | | Kiwi 1szt. | 75g | Kiwi 1szt. | 75g | Kiwi 1szt. | 75g | Kiwi 1szt. | 75g | |
| OBIAŁ | Zupa krem z dyni (g) 350ml *mleko/ | 350g | Zupa krem z dyni (g) 350ml *mleko/ | 350g | Zupa krem z dyni (g) 350ml *mleko/ | 350g | Zupa krem z dyni (g) b/m 350ml | 350g | | |
| | Sznyceł drobiowy smażony 100g *gluten/*jaja/ | 100g | Filet z kurczaka soute (d) 100g *gluten/ | 100g | Filet z kurczaka soute (d) 100g *gluten/ | 100g | Danie wegańskie 100g *gluten/*soja/ | 100g | | |
| | Ziemniaki gotowane 180g | 180g | Ziemniaki gotowane 180g | 180g | Ziemniaki gotowane 150g | 150g | Ziemniaki gotowane 180g | 180g | | |
| | Surówka z marchewką i jabłkiem 150g | 150g | Surówka z marchewką i jabłkiem 150g | 150g | Surówka z marchewką i jabłkiem 150g | 150g | Surówka z marchewką i jabłkiem 150g | 150g | | |
| | Kompot | 250g | Kompot | 250g | Kompot | 250g | Kompot | 250g | | |
| KOLACJA | Chleb pszenny 75g + chleb razowy 30g *gluten/ | 100g | Chleb pszenny 100g *gluten/ | 100g | Chleb razowy 90g *gluten/ | 90g | Chleb pszenny 75g + chleb razowy 30g *gluten/ | 100g | | |
| | Pasta z tuńczyka *jaja/*ryby/*gorczyca/ | 100g | Pasta z tuńczyka *jaja/*ryby/*gorczyca/ | 100g | Pasta z jaj z jogurtem *jaja/*mleko/ | 100g | Wędlina wegańska 90g | 90g | | |
| | Papryka 50g | 50g | Szpinak baby 20g | 20g | Papryka 50g | 50g | Papryka 50g | 50g | | |
| | Szpinak baby 20g | 20g | Pomidor 50g | 50g | Szpinak baby 20g | 20g | Szpinak baby 20g | 20g | | |
| | masło 10g *mleko/ | 10g | masło 10g *mleko/ | 10g | masło 10g *mleko/ | 10g | Margaryna 10g | 10g | | |
| | Herbata rumiankowa | 250g | Herbata rumiankowa | 250g | Herbata rumiankowa | 250g | Herbata rumiankowa | 250g | | |
| | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| | | Mus owocowo-jogurtowy 1szt. *mleko/ | 100g | Mus owocowo-jogurtowy 1szt. *mleko/ | 100g | Kanapka razowa z szynką kruchą 1 szt. *gluten/*soja/ | 80g | Mus owocowy 1szt. | 100g | |
| kcal | Energia | 2136,3 | Energia | 1971,1 | Energia | 2247,5 | Energia | 2222,9 | | |
| g | Białko | 109,13 | Białko | 105,72 | Białko | 128,79 | Białko | 62,413 | | |
| g | Tłuszcz | 75,529 | Tłuszcz | 68,74 | Tłuszcz | 79,394 | Tłuszcz | 72,948 | | |
| g | Kwasy Nasycone | 23,893 | Kwasy Nasycone | 23,302 | Kwasy Nasycone | 27,868 | Kwasy Nasycone | 22,309 | | |
| g | Węglowodany ogółem | 247,28 | Węglowodany ogółem | 225,38 | Węglowodany ogółem | 242,72 | Węglowodany ogółem | 286,81 | | |
| g | W tym cukry | 32,268 | W tym cukry | 33,749 | W tym cukry | 27,679 | W tym cukry | 41,5 | | |
| g | Błonnik pokarmowy | 26,616 | Błonnik pokarmowy | 21,485 | Błonnik pokarmowy | 34,52 | Błonnik pokarmowy | 41,374 | | |
| mg | Sód | 2192,6 | Sód | 1997,9 | Sód | 2018,7 | Sód | 1809,4 | | |

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupki; 3. jaja; 5 orzeszki ziemne; 6. soja; 7. mleko; 8. orzechy; 9. seler; 10. gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. lubin
 (*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen. Sposób przygotowania: (g) - gotowane, (s) - smażone, (d) - duszone, (p) - pieczone, (gr) - grillowane
 W uzasadnionych przypadkach 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

WSZELKIE UWAGI DOTYCZĄCE POSILKÓW ORAZ OPINIE MOŻNA ZŁOŻYĆ NA FORMULARZU DOSTĘPNYM W DYŻURKACH PIELEGIARNISKICH.

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie

DZIAŁ ŻYWIENIA

czwartek 02 kwietnia 2026

| DIETA | Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży i okresie laktacji | | Dieta łatwostrawna dla kobiet w ciąży i okresie laktacji | | Dieta dla kobiet w ciąży z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | | Dieta wegańska dla kobiet w ciąży i okresie laktacji | | 0 | |
|--------------|---|--------------|---|---------------------------|---|--------------|---|------|---|--|
| SNIAĐANIE | Ryż na mleku (g) 300ml *mleko/ | 300g | Ryż na mleku (g) 300ml *mleko/ | 300g | Jogurt naturalny szt. *mleko/ | 150g | Zupa warzywna z ryżem (g) 300ml *seler/ | 300g | | |
| | Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/ | 50g | Chleb pszenny 75g *gluten/ | 75g | Chleb razowy 60g *gluten/ | 60g | Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/ | 50g | | |
| | Parówki z indyka (g) 3 szt. | 90g | Parówki z indyka (g) 3 szt. | 90g | Parówki z indyka (g) 3 szt. | 90g | Parówki wegańskie 2 szt. *gluten/ | 100g | | |
| | Ketchup 1 szt. | 1g | Ketchup 1 szt. | 1g | Ketchup 1 szt. | 1g | Ketchup 1 szt. | 1g | | |
| | Rzodkiewka 50g | 50g | Pomidor 100g | 100g | Rzodkiewka 50g | 50g | Rzodkiewka 50g | 50g | | |
| | Pomidor 50g | 50g | masło 10g *mleko/ | 10g | Pomidor 50g | 50g | Pomidor 50g | 50g | | |
| | masło 10g *mleko/ | 10g | Herbata z cytryną | 250g | masło 10g *mleko/ | 10g | Margaryna 10g | 10g | | |
| | Herbata z cytryną | 250g | | | Herbata z cytryną | 250g | Herbata z cytryną | 250g | | |
| Jabłko 1szt. | 180g | Jabłko 1szt. | 180g | Jabłko 1szt. | 180g | Jabłko 1szt. | 180g | | | |
| OBIAĐ | Zupa ogórkowa ze świeżych ogórków (g) 350ml *seler/ | 350g | Zupa ogórkowa ze świeżych ogórków (g) 350ml *seler/ | 350g | Zupa ogórkowa ze świeżych ogórków (g) 350ml *seler/ | 350g | Zupa ogórkowa ze świeżych ogórków (g) 350ml *seler/ | 350g | | |
| | Gulasz wieprzowo-wołowy (d) 150g *gluten/*seler/ | 150g | Gulasz wieprzowo-wołowy (d) 150g *gluten/*seler/ | 150g | Gulasz wieprzowo-wołowy (d) 150g *gluten/*seler/ | 150g | Danie wegańskie 100g *gluten/*soja/ | 100g | | |
| | Kopytka (g) 150g *gluten/ | 150g | Kopytka (g) 150g *gluten/ | 150g | Kasza pęczak (g) 150g | 150g | Kopytka (g) 150g *gluten/ | 150g | | |
| | Surówka z buraków z cebulką 150g | 150g | Surówka z buraków z cebulką 150g | 150g | Surówka z buraków z cebulką 150g | 150g | Surówka z buraków z cebulką 150g | 150g | | |
| | Kompot | 250g | Kompot | 250g | Kompot | 250g | Kompot | 250g | | |
| Podwieczorek | | | | Skyr smakowy szt. *mleko/ | 140g | | | | | |
| KOLACJA | Bułka razowa 70g *gluten/ | 70g | Bułka kajzerka 50g *gluten/ | 50g | Bułka razowa 70g *gluten/ | 70g | Bułka razowa 70g *gluten/ | 70g | | |
| | Chleb pszenny 25g *gluten/ | 25g | Chleb pszenny 25g *gluten/ | 25g | Chleb razowy 30g *gluten/ | 30g | Chleb razowy 30g *gluten/ | 30g | | |
| | Salatka z kapusty pekińskiej z fasolką edamame, pomidorem i kurczakiem *jaja/*mleko/*seler/*gorczyca/ | 250g | Salatka z kapusty pekińskiej z kurczakiem i pomidorem *jaja/*mleko/*gorczyca/ | 250g | Salatka z kapusty pekińskiej z kurczakiem i pomidorem *jaja/*mleko/*gorczyca/ | 250g | Salata z kapusty pekińskiej z edamame i pomidorem/bez majonezu *gluten/*soja/*gorczyca/ | 250g | | |
| | masło 10g *mleko/ | 10g | masło 10g *mleko/ | 10g | masło 10g *mleko/ | 10g | Margaryna 10g | 10g | | |
| | Herbata malinowa | 250g | Herbata malinowa | 250g | Herbata malinowa | 250g | Herbata malinowa | 250g | | |
| | Skyr smakowy szt. *mleko/ | 140g | Skyr smakowy szt. *mleko/ | 140g | Kanapka razowa z połówką miodową 1 szt. *gluten/*soja/*seler/ | 80g | Budyń na mleku roślinnym 250ml *gluten/ | 250g | | |

| | | | | | | | | |
|------|--------------------|--------|--------------------|--------|--------------------|--------|--------------------|--------|
| kcal | Energia | 2297 | Energia | 2169,4 | Energia | 2196,8 | Energia | 2439,7 |
| g | Białko | 128,03 | Białko | 126,64 | Białko | 125,26 | Białko | 73,6 |
| g | Tłuszcz | 81,077 | Tłuszcz | 79,415 | Tłuszcz | 77,447 | Tłuszcz | 88,687 |
| g | Kwasy Nasycone | 26,027 | Kwasy Nasycone | 25,927 | Kwasy Nasycone | 25,796 | Kwasy Nasycone | 16,003 |
| g | Węglowodany ogółem | 256,84 | Węglowodany ogółem | 231,6 | Węglowodany ogółem | 240,56 | Węglowodany ogółem | 318,09 |
| g | W tym cukry | 39,207 | W tym cukry | 34,663 | W tym cukry | 43,598 | W tym cukry | 37,844 |
| g | Błonnik pokarmowy | 30,784 | Błonnik pokarmowy | 23,468 | Błonnik pokarmowy | 36,001 | Błonnik pokarmowy | 49,572 |
| mg | Sód | 1862,9 | Sód | 1534,2 | Sód | 1676 | Sód | 1575,6 |

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

WSZELKIE UWAGI DOTYCZĄCE POSILKÓW ORAZ OPINIE MOŻNA ZŁOŻYĆ NA FORMULARZU DOSTĘPNYM W DYŻURKACH PIEŁĘGNIARSKICH.

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie

DZIAŁ ŻYWIENIA

piątek 03 kwietnia 2026

| DIETA | Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży i okresie laktacji | | Dieta łatwostrawna dla kobiet w ciąży i okresie laktacji | | Dieta dla kobiet w ciąży z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | | Dieta wegańska dla kobiet w ciąży i okresie laktacji | | 0 | |
|--------------|--|------|--|--|--|------|--|------|---|--|
| SNIADANIE | Ryż na mleku 300ml *mleko/ | 300g | Ryż na mleku 300ml *mleko/ | 300g | Jogurt naturalny szt. *mleko/ | 150g | Ryż na mleku roślinnym 300ml | 300g | | |
| | Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/ | 50g | Chleb pszenny 75g *gluten/ | 75g | Chleb razowy 60g *gluten/ | 60g | Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/ | 50g | | |
| | Hummus gotowy 115g *ziarna_sesamu/ | 115g | Hummus gotowy 115g *ziarna_sesamu/ | 115g | Hummus gotowy 115g *ziarna_sesamu/ | 115g | Hummus gotowy 115g *ziarna_sesamu/ | 115g | | |
| | Ser twarogowy w plastrach 45g *mleko/ | 45g | Ser twarogowy w plastrach 45g *mleko/ | 45g | Ser twarogowy w plastrach 45g *mleko/ | 45g | Mix sałat z pomidorkami i oliwą | 60g | | |
| | Mix sałat z pomidorkami i oliwą | 60g | Mix sałat z pomidorkami i oliwą | 60g | Mix sałat z pomidorkami i oliwą | 60g | Margaryna 10g | 10g | | |
| | masło 10g *mleko/ | 10g | 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 | Skyr smakowy szt. *mleko/ | 140g | Skyr smakowy szt. *mleko/ | 140g | Skyr szt. *mleko/ | 140g | Skyr smakowy szt. *mleko/ | 140g | | |
| OBIAD | Zupa brokułowa 350ml *mleko/*seler/ | 350g | Zupa brokułowa 350ml *mleko/*seler/ | 350g | Zupa brokułowa 350ml *mleko/*seler/ | 350g | Zupa brokułowa 350ml *mleko/*seler/ | 350g | | |
| | Pierogi ruskie 10 szt. *gluten/*mleko/ | 200g | Pierogi ruskie 10 szt. *gluten/*mleko/ | 200g | Pierogi ruskie 10 szt. *gluten/*mleko/ | 200g | Danie wegańskie *gluten/*soja/ | 100g | | |
| | Surówka z marchewką 150g | 150g | Surówka z marchewką 150g | 150g | Surówka z marchewką 150g | 150g | Ziemniaki gotowane 180g | 180g | | |
| | Kompot 250ml | 250g | Kompot 250ml | 250g | Kompot 250ml | 250g | Surówka z marchewką 150g | 150g | | |
| | | | | | | | Kompot 250ml | 250g | | |
| Podbielaczek | | | | Budyń na mleku roślinnym 250ml *gluten/ | 250g | | | | | |
| Kolacja | Chleb pszenny 75g + chleb razowy 30g *gluten/ | 100g | Chleb pszenny 100g *gluten/ | 100g | Chleb razowy 60g *gluten/ | 60g | Chleb pszenny 75g + chleb razowy 30g *gluten/ | 100g | | |
| | Śledź w oleju 100g *ryby/ | 100g | Śledź w oleju 100g *ryby/ | 100g | Śledź w oleju 100g *ryby/ | 100g | Wędlina wegańska 90g | 90g | | |
| | Ogórek kiszony 60g | 60g | Pomidor 100g | 100g | Ogórek kiszony 60g | 60g | Ogórek kiszony 60g | 60g | | |
| | Pomidor 50g | 50g | masło 10g *mleko/ | 10g | Pomidor 50g | 50g | Pomidor 50g | 50g | | |
| | masło 10g *mleko/ | 10g | Herbata owocowa | 250g | masło 10g *mleko/ | 10g | Margaryna 10g | 10g | | |
| | Herbata owocowa | 250g | | | Herbata owocowa | 250g | Herbata owocowa | 250g | | |
| | | | | | | | | | | |
| III | Mus owocowy 1szt. | 100g | Mus owocowy 1szt. | 100g | Kanapka razowa z serkiem śmietankowym 1 szt. *gluten/*mleko/ | 80g | Mus owocowy 1szt. | 100g | | |

| | | | | | | | | | | |
|------|--------------------|--------|--------------------|--------|--------------------|--------|--------------------|--------|--|--|
| kcal | Energia | 2520,8 | Energia | 2442,3 | Energia | 2582,7 | Energia | 2354,9 | | |
| g | Białko | 91,567 | Białko | 89,947 | Białko | 115,66 | Białko | 62,297 | | |
| g | Tłuszcz | 96,527 | Tłuszcz | 95,707 | Tłuszcz | 113,44 | Tłuszcz | 81,767 | | |
| g | Kwasy Nasycone | 21,723 | Kwasy Nasycone | 21,653 | Kwasy Nasycone | 18,84 | Kwasy Nasycone | 23,434 | | |
| g | Węglowodany ogółem | 283,19 | Węglowodany ogółem | 268,79 | Węglowodany ogółem | 270,17 | Węglowodany ogółem | 301,68 | | |
| g | W tym cukry | 40,197 | W tym cukry | 39,797 | W tym cukry | 35,958 | W tym cukry | 43,607 | | |
| g | Błonnik pokarmowy | 35,639 | Błonnik pokarmowy | 31,239 | Błonnik pokarmowy | 39,554 | Błonnik pokarmowy | 39,239 | | |
| mg | Sód | 3610,7 | Sód | 3437,4 | Sód | 3386,3 | Sód | 1852,3 | | |

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 Żywienia.
 Jadospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

WSZELKIE UWAGI DOTYCZĄCE POSILKÓW ORAZ OPINIE MOŻNA ZŁOŻYĆ NA FORMULARZU DOSTĘPNYM W DYŻURKACH PIELEŃNIARSKICH.

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie

DZIAŁ ŻYWIENIA

sobota 04 kwietnia 2026

| DIETA | Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży i okresie laktacji | | Dieta łatwostrawna dla kobiet w ciąży i okresie laktacji | | Dieta dla kobiet w ciąży z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | | Dieta wegańska dla kobiet w ciąży i okresie laktacji | | 0 | | | | |
|------------|--|--|--|--|--|--|--|--|------|-------------------|------|--|--|
| SNIADANIE | II | Płatki owsiane na mleku 300ml *mleko/ | 300g | Płatki owsiane na mleku 300ml *mleko/ | 300g | Skyr szt. *mleko/ | 140g | Płatki owsiane na mleku roślinnym 300ml | 300g | | | | |
| | | Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/ | 50g | Chleb pszenny 75g *gluten/ | 75g | Chleb razowy 60g *gluten/ | 60g | Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/ | 50g | | | | |
| | | Twarożek ze szczypiorkiem *mleko/ | 100g | Twarożek z ziołami *mleko/ | 100g | Twarożek ze szczypiorkiem *mleko/ | 100g | Paszтет warzywny 113g *soja/*seler/*gorczyca/ | 113g | | | | |
| | | Pomidor 50g | 50g | Pomidor 50g | 50g | masło 10g *mleko/ | 10g | Pomidor 50g | 50g | | | | |
| | | Salata 30g | 30g | Salata 30g | 30g | Pomidor 50g | 50g | Salata 30g | 30g | | | | |
| | | masło 10g *mleko/ | 10g | masło 10g *mleko/ | 10g | Salata 30g | 30g | Herbata z cytryną | 250g | | | | |
| | | Herbata z cytryną | 250g | Herbata z cytryną | 250g | Herbata z cytryną | 250g | Margaryna 10g | 10g | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | Jabłko 1szt. | 180g | Jabłko 1szt. | 180g | Jabłko 1szt. | 180g | Jabłko 1szt. | 180g | | |
| OBIAD | | Zupa buraczkowa 350ml *mleko/*seler/ | 350g | Zupa buraczkowa 350ml *mleko/*seler/ | 350g | Zupa buraczkowa 350ml *mleko/*seler/ | 350g | Zupa buraczkowa b/mięsa 350ml *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 | Sos bolognese wegetariański 250g *soja/*seler/ | 250g | | | | |
| | | Ziemniaki gotowane 180g | 180g | Ziemniaki gotowane 180g | 180g | Ziemniaki gotowane 150g | 150g | Ziemniaki gotowane 180g | 180g | | | | |
| | | Kompot 250ml | 250g | Kompot 250ml | 250g | Kompot 250ml | 250g | Kompot 250ml | 250g | | | | |
| | | Kiwi 1szt. | 75g | Kiwi 1szt. | 75g | Kiwi 1szt. | 75g | Kiwi 1szt. | 75g | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| Pobudzenie | | | | | | Kanapka razowa z twarogiem 1 szt. *gluten/*mleko/ | 80g | | | | | | |
| Kolacja | II | Chleb pszenny 75g + chleb razowy 30g *gluten/ | 100g | Chleb pszenny 100g *gluten/ | 100g | Chleb razowy 90g *gluten/ | 90g | Chleb pszenny 75g + chleb razowy 30g *gluten/ | 100g | | | | |
| | | Schab biały 60g *soja/ | 60g | Schab biały 60g *soja/ | 60g | Schab biały 60g *soja/ | 60g | Wędlina wegańska 90g | 90g | | | | |
| | | masło 10g *mleko/ | 10g | masło 10g *mleko/ | 10g | masło 10g *mleko/ | 10g | Papryka 50g | 50g | | | | |
| | | Papryka 50g | 50g | Salata 30g | 30g | Papryka 50g | 50g | Salata 30g | 30g | | | | |
| | | Salata 30g | 30g | Herbata rumiankowa | 250g | Salata 30g | 30g | Herbata rumiankowa | 250g | | | | |
| | | Herbata rumiankowa | 250g | | | Herbata rumiankowa | 250g | Margaryna 10g | 10g | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | Mus ryżowy 1szt. *mleko/ | 100g | Mus ryżowy 1szt. *mleko/ | 100g | Kanapka razowa z pastą jajeczną 1szt. *gluten/*jaja/*gorczyca/ | 100g | Mus owocowy 1szt. | 100g | | |
| | | | | | | | | | | | | | |

| kcal | Energia | 2125,1 | Energia | 2024,2 | Energia | 2403,8 | Energia | 2393 |
|------|--------------------|--------|--------------------|--------|--------------------|--------|--------------------|--------|
| g | Białko | 112,14 | Białko | 109,81 | Białko | 139,05 | Białko | 68,1 |
| g | Tłuszcz | 63,352 | Tłuszcz | 62,437 | Tłuszcz | 88,452 | Tłuszcz | 91,632 |
| g | Kwasy Nasycone | 19,879 | Kwasy Nasycone | 19,789 | Kwasy Nasycone | 18,182 | Kwasy Nasycone | 20,655 |
| g | Węglowodany ogółem | 288,82 | Węglowodany ogółem | 250,37 | Węglowodany ogółem | 282,65 | Węglowodany ogółem | 288,23 |
| g | W tym cukry | 42,283 | W tym cukry | 41,458 | W tym cukry | 42,268 | W tym cukry | 49,33 |
| g | Błonnik pokarmowy | 32,321 | Błonnik pokarmowy | 26,366 | Błonnik pokarmowy | 46,036 | Błonnik pokarmowy | 42,706 |
| mg | Sód | 2572 | Sód | 2463,4 | Sód | 2963,9 | Sód | 1883 |

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 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

WSZELKIE UWAGI DOTYCZĄCE POSILKÓW ORAZ OPINIE MOŻNA ZŁOŻYĆ NA FORMULARZU DOSTĘPNYM W DYŻURKACH PIELEGIARNIKICH.

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie

DZIAŁ ŻYWIENIA

niedziela 05 kwietnia 2026

| DIETA | Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży i okresie laktacji | | Dieta łatwostrawna dla kobiet w ciąży i okresie laktacji | | Dieta dla kobiet w ciąży z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | | Dieta wegańska dla kobiet w ciąży i okresie laktacji | | 0 | |
|--------------|--|------|--|------|--|------|--|------|---|--|
| SNIADANIE | Płatki ryżowe na mleku 300ml *mleko/ | 300g | Płatki ryżowe na mleku 300ml *mleko/ | 300g | Serek wiejski 1 szt. | 200g | Płatki jęczmienne na mleku roślinnym 300ml | 300g | | |
| | Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/ | 50g | Chleb pszenny 75g *gluten/ | 75g | Chleb razowy 60g *gluten/ | 60g | Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/ | 50g | | |
| | Jajko gotowane 2 szt. z majonezem *jaja/*gorczyca/ | 140g | Jajko gotowane 2 szt. *jaja/ | 140g | Jajko gotowane 2 szt. *jaja/ | 140g | Paszтет warzywny 1szt. *soja/*gorczyca/ | 113g | | |
| | Szynka zapiekana na maśle 30g *gluten/ | 30g | Szynka zapiekana na maśle 30g *gluten/ | 30g | Szynka zapiekana na maśle 30g *gluten/ | 30g | Wędlina wegańska 30g | 30g | | |
| | Rzodkiewka 50g | 50g | Pomidor 100g | 100g | Rzodkiewka 50g | 50g | Rzodkiewka 50g | 50g | | |
| | Pomidor 50g | 50g | masło 10g *mleko/ | 10g | Pomidor 50g | 50g | Pomidor 50g | 50g | | |
| | masło 10g *mleko/ | 10g | Herbata z cytryną | 250g | masło 10g *mleko/ | 10g | Margaryna 10g | 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 | Mus owocowo-jogurtowy 1szt. *mleko/ | 100g | Mus owocowy 1szt. *mleko/ | 100g | | |
| OBIAD | Zupa żurek 350ml *mleko/*seler/ | 350g | Zupa żurek 350ml *mleko/*seler/ | 350g | Zupa żurek 350ml *mleko/*seler/ | 350g | Zupa żurek b/m 350ml *seler/ | 350g | | |
| | Podudzie z kurczaka pieczone w ziołach 2 szt. | 150g | Podudzie z kurczaka pieczone w ziołach 2 szt. | 150g | Podudzie z kurczaka pieczone w ziołach 2 szt. | 150g | Kotlet warzywny pieczony 100g *gluten/*soja/ | 100g | | |
| | Ziemniaki gotowane 180g | 180g | Ziemniaki gotowane 180g | 180g | Ziemniaki gotowane 150g | 150g | Ziemniaki gotowane 180g | 180g | | |
| | Gotowane warzywa 150g *seler/ | 150g | Gotowane warzywa 150g *seler/ | 150g | Gotowane warzywa 150g *seler/ | 150g | Gotowane warzywa b/m 150g *seler/ | 150g | | |
| | Wielkanocny wypiek | 200g | Wielkanocny wypiek | 200g | Wielkanocny wypiek | 200g | Budyń na mleku roślinnym 250ml *gluten/ | 250g | | |
| | Kompot 250ml | 250g | Kompot 250ml | 250g | Kompot 250ml | 250g | Kompot 250ml | 250g | | |
| Podwieczorek | | | | | Kanapka razowa z szynką wiejską 1 szt. *gluten/ | 80g | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| Kolacja | Chleb pszenny 75g + chleb razowy 30g *gluten/ | 100g | Chleb pszenny 100g *gluten/ | 100g | Chleb razowy 90g *gluten/ | 90g | Chleb pszenny 75g + chleb razowy 30g *gluten/ | 100g | | |
| | Szynka krucha 60g *soja/ | 60g | Szynka krucha 60g *soja/ | 60g | Szynka krucha 60g *soja/ | 60g | Wędlina wegańska 90g | 90g | | |
| | Salata 30g | 30g | Salata 30g | 30g | Salata 30g | 30g | Salata 30g | 30g | | |
| | Pomidor 50g | 50g | Pomidor 50g | 50g | Pomidor 50g | 50g | Pomidor 50g | 50g | | |
| | 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 | | |
| | | | | | | | | | | |
| II | Sok wielowarzywny 300ml | 300g | Sok wielowarzywny 300ml | 300g | Kanapka razowa z szynką z indyka z 1 szt. *gluten/ | 80g | Sok wielowarzywny 300ml | 300g | | |

| | | | | | | | | | | |
|------|--------------------|--------|--------------------|--------|--------------------|--------|--------------------|--------|--|--|
| kcal | Energia | 2518,9 | Energia | 2348,4 | Energia | 2737,7 | Energia | 2429,4 | | |
| g | Białko | 119,79 | Białko | 118,02 | Białko | 141,62 | Białko | 66,884 | | |
| g | Tłuszcz | 100,91 | Tłuszcz | 90,818 | Tłuszcz | 111,49 | Tłuszcz | 98,68 | | |
| g | Kwasy Nasycone | 33,073 | Kwasy Nasycone | 32,968 | Kwasy Nasycone | 38,01 | Kwasy Nasycone | 54,347 | | |
| g | Węglowodany ogółem | 355,6 | Węglowodany ogółem | 341,16 | Węglowodany ogółem | 357,89 | Węglowodany ogółem | 301,43 | | |
| g | W tym cukry | 113,75 | W tym cukry | 113,81 | W tym cukry | 99,628 | W tym cukry | 65,172 | | |
| g | Błonnik pokarmowy | 34,789 | Błonnik pokarmowy | 28,977 | Błonnik pokarmowy | 44,118 | Błonnik pokarmowy | 37,243 | | |
| mg | Sód | 3124,1 | Sód | 2965,6 | Sód | 2798,1 | Sód | 2620,8 | | |

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupki; 3. jaja; 5 orzeszki ziemne; 6. soja; 7. mleko; 8. orzechy; 9. seler; 10. gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. lubin
 (*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen. Sposób przygotowania: (g) - gotowane, (s) - smażone, (d) - duszone, (p) - pieczone, (gr) - grillowane
 W uzasadnionych przypadkach zastrzegamy możliwość wymiany zaplanowanych w 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

WSZELKIE UWAGI DOTYCZĄCE POSILKÓW ORAZ OPINIE MOŻNA ZŁOŻYĆ NA FORMULARZU DOSTĘPNYM W DYŻURKACH PIELEŃNIARSKICH.

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie

DZIAŁ ŻYWIENIA

poniedziałek 06 kwietnia 2026

| DIETA | Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży i okresie laktacji | | Dieta łatwostrawna dla kobiet w ciąży i okresie laktacji | | Dieta dla kobiet w ciąży z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | | Dieta wegańska dla kobiet w ciąży i okresie laktacji | | 0 | |
|-----------|--|--------|--|--------|--|------|--|------|---|--|
| SNIADANIE | Zacierka na mleku 300ml *gluten/*jaja/*mleko/ | 300g | Zacierka na mleku 300ml *gluten/*jaja/*mleko/ | 300g | Jogurt naturalny szt. *mleko/ | 150g | Zacierka na mleku roślinnym 300ml *gluten/*jaja/ | 300g | | |
| | Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/ | 50g | Chleb pszenny 75g *gluten/ | 75g | Chleb razowy 60g *gluten/ | 60g | Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/ | 50g | | |
| | Kiełbaska biała *gluten/*soja/ | 100g | Kiełbaska biała *gluten/*soja/ | 100g | Kiełbaska biała *gluten/*soja/ | 100g | Kiełbasa biała wegetariańska *gluten/ | 100g | | |
| | Salatka jarzynowa 100g *jaja/*gorczyca/ | 100g | Salatka jarzynowa 100g *jaja/*gorczyca/ | 100g | Salatka jarzynowa 100g *jaja/*gorczyca/ | 100g | Salatka jarzynowa wegańska 200g | 200g | | |
| | masło 10g *mleko/ | 10g | masło 10g *mleko/ | 10g | masło 10g *mleko/ | 10g | Margaryna 10g | 10g | | |
| | Herbata z cytryną | 250g | Herbata z cytryną | 250g | Herbata z cytryną | 250g | Herbata z cytryną | 250g | | |
| | | | | | | | | | | |
| OBIAD | Gruszka 1 szt. | 120g | Gruszka 1 szt. | 120g | Kanapka razowa z jajkiem 1szt. *gluten/*jaja/*gorczyca/ | 100g | Gruszka 1 szt. | 120g | | |
| | Rosół z makaronem (g) 350ml *gluten/*soja/*seler/ | 350g | Rosół z makaronem (g) 350ml *gluten/*soja/*seler/ | 350g | Rosół z makaronem (g) 350ml *gluten/*soja/*seler/ | 350g | Rosół z makaronem (nb) 350ml *gluten/*soja/*seler/ | 350g | | |
| | Pieczeń rzymska (p) 100g *jaja/ | 100g | Pieczeń rzymska (p) 100g *jaja/ | 100g | Pieczeń rzymska (p) 100g *jaja/ | 100g | Danie wegańskie 100g *gluten/*soja/ | 100g | | |
| | Sos pieczeniowy (g) 80g *gluten/ | 80g | Sos pieczeniowy (g) 80g *gluten/ | 80g | Sos pieczeniowy (g) 80g *gluten/ | 80g | Kasza bulgur gotowana *gluten/ | 180g | | |
| | Kasza bulgur gotowana *gluten/ | 180g | Kasza bulgur gotowana *gluten/ | 180g | Kasza bulgur gotowana 150g *gluten/ | 150g | Surówka z buraków z cebulką 150g | 150g | | |
| | Surówka z buraków z cebulką 150g | 150g | Surówka z buraków z cebulką 150g | 150g | Surówka z buraków z cebulką 150g | 150g | Kompot | 250g | | |
| Kompot | 250g | Kompot | 250g | Kompot | 250g | | | | | |
| Kolekcja | Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/ | 50g | Chleb pszenny 75g *gluten/ | 75g | Chleb razowy 90g *gluten/ | 90g | Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/ | 50g | | |
| | Paszтет drobiowy 100g *gluten/*jaja/*soja/*mleko/*seler/ | 100g | Paszтет drobiowy 100g *gluten/*jaja/*soja/*mleko/*seler/ | 100g | Paszтет drobiowy 100g *gluten/*jaja/*soja/*mleko/*seler/ | 100g | Wędlina wegańska 90g | 90g | | |
| | Pomidor 50g | 50g | Pomidor 100g | 100g | Pomidor 50g | 50g | Pomidor 50g | 50g | | |
| | Ogórek 50g | 50g | masło 10g *mleko/ | 10g | Ogórek 50g | 50g | Ogórek 50g | 50g | | |
| | masło 10g *mleko/ | 10g | Herbata rumiankowa | 250g | masło 10g *mleko/ | 10g | Margaryna 10g | 10g | | |
| | Herbata rumiankowa | 250g | | | Herbata rumiankowa | 250g | Herbata rumiankowa | 250g | | |
| | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| II | Mus owocowy 1szt. | 100g | Mus owocowy 1szt. | 100g | Kanapka razowa z polędwicą sopocką 1 szt. *gluten/*soja/ | 80g | Mus owocowy 1szt. | 100g | | |

| | | | | | | | | | | |
|------|--------------------|--------|--------------------|--------|--------------------|--------|--------------------|--------|--|--|
| kcal | Energia | 2389,9 | Energia | 2309,3 | Energia | 2645,6 | Energia | 2623 | | |
| g | Białko | 111,75 | Białko | 110,34 | Białko | 120,42 | Białko | 65,034 | | |
| g | Tłuszcz | 92,75 | Tłuszcz | 92,21 | Tłuszcz | 109,35 | Tłuszcz | 117,7 | | |
| g | Kwasy Nasycone | 33,489 | Kwasy Nasycone | 33,398 | Kwasy Nasycone | 34,889 | Kwasy Nasycone | 32,24 | | |
| g | Węglowodany ogółem | 267,82 | Węglowodany ogółem | 253,35 | Węglowodany ogółem | 278,14 | Węglowodany ogółem | 307,64 | | |
| g | W tym cukry | 39,088 | W tym cukry | 38,408 | W tym cukry | 18,498 | W tym cukry | 47,781 | | |
| g | Błonnik pokarmowy | 25,552 | Błonnik pokarmowy | 21,152 | Błonnik pokarmowy | 35,682 | Błonnik pokarmowy | 46,074 | | |
| mg | Sód | 2415,9 | Sód | 2304,9 | Sód | 3128,1 | Sód | 1615,5 | | |

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 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

WSZELKIE UWAGI DOTYCZĄCE POSILKÓW ORAZ OPINIE MOŻNA ZŁOŻYĆ NA FORMULARZU DOSTĘPNYM W DYŻURKACH PIELEŃNIARSKICH.

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie

DZIAŁ ŻYWIENIA

wtorek 07 kwietnia 2026

| DIETA | Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży i okresie laktacji | | Dieta łatwostrawna dla kobiet w ciąży i okresie laktacji | | Dieta dla kobiet w ciąży z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | | Dieta wegańska dla kobiet w ciąży i okresie laktacji | | 0 | |
|--------------|---|------|---|---|--|------|---|------|---|--|
| SNIADANIE | Zacierka na mleku (g) 300ml *gluten/*jaja/*mleko/ | 300g | Zacierka na mleku (g) 300ml *gluten/*jaja/*mleko/ | 300g | Jogurt naturalny szt. *mleko/ | 150g | Zupa warzywna z ryżem 300ml *seler/ | 300g | | |
| | Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/ | 50g | Chleb pszenny 75g *gluten/ | 75g | Chleb razowy 60g *gluten/ | 60g | Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/ | 50g | | |
| | Szynka dębowa drobiowa 30g | 30g | Szynka dębowa drobiowa 30g | 30g | Szynka dębowa drobiowa 30g | 30g | Wędlina wegańska 90g | 90g | | |
| | Ser żółty 50g *mleko/ | 50g | Serek Śmietankowy 100g *mleko/ | 100g | Serek Śmietankowy 50g *mleko/ | 50g | Ogórek kiszony 60g | 60g | | |
| | Salata 30g | 30g | Salata 30g | 30g | Salata 30g | 30g | Salata 30g | 30g | | |
| | Ogórek kiszony 60g | 60g | masło 10g *mleko/ | 10g | Ogórek kiszony 60g | 60g | Margaryna 10g | 10g | | |
| | masło 10g *mleko/ | 10g | Herbata z cytryną | 250g | masło 10g *mleko/ | 10g | Herbata z cytryną | 250g | | |
| | Herbata z cytryną | 250g | | | Herbata z cytryną | 250g | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| II | Kefir szt. *mleko/ | 200g | Kefir szt. *mleko/ | 200g | Kefir szt. *mleko/ | 200g | Kefir szt. *mleko/ | 200g | | |
| OBIAD | Zupa szpinakowa z zacierką 350ml *gluten/*jaja/*mleko/*seler/ | 350g | Zupa szpinakowa z zacierką 350ml *gluten/*jaja/*mleko/*seler/ | 350g | Zupa szpinakowa z zacierką 350ml *gluten/*jaja/*mleko/*seler/ | 350g | Zupa szpinakowa z zacierką 350ml *gluten/*jaja/*mleko/*seler/ | 350g | | |
| | Ratatuj duszone z indyka 250 | 250g | Ratatuj duszone z indyka 250 | 250g | Ratatuj duszone z indyka 250 | 250g | Ratatuj duszone z ciecierzycą 250 | 250g | | |
| | Kasza pęczak (g) 180g | 180g | Kasza jęczmienna (g) 180g | 180g | Kasza pęczak (g) 150g | 150g | Kasza pęczak (g) 180g | 180g | | |
| | Kiwi 1szt. | 75g | Banan 1szt. | 120g | Kiwi 1szt. | 75g | Kiwi 1szt. | 75g | | |
| | Kompot 250ml | 250g | Kompot 250ml | 250g | Kompot 250ml | 250g | Kompot 250ml | 250g | | |
| | | | | | | | | | | |
| Pokwitczarek | | | | Kanapka razowa z jajkiem 1szt. *gluten/*jaja/*gorczyca/ | 100g | | | | | |
| Kolacja | Chleb pszenny 75g + chleb razowy 30g *gluten/ | 100g | Chleb pszenny 100g *gluten/ | 100g | Chleb razowy 90g *gluten/ | 90g | Chleb pszenny 75g + chleb razowy 30g *gluten/ | 100g | | |
| | Schab biały 60g *soja/ | 60g | Schab biały 60g *soja/ | 60g | Schab biały 60g *soja/ | 60g | Pasztet warzywny 1szt. *soja/*gorczyca/ | 113g | | |
| | Papryka 50g | 50g | Pomidor 100g | 100g | Papryka 50g | 50g | Papryka 50g | 50g | | |
| | Pomidor 50g | 50g | masło 10g *mleko/ | 10g | Pomidor 50g | 50g | Pomidor 50g | 50g | | |
| | masło 10g *mleko/ | 10g | Herbata miętowa | 250g | masło 10g *mleko/ | 10g | Margaryna 10g | 10g | | |
| | Herbata miętowa | 250g | | | Herbata miętowa | 250g | Herbata miętowa | 250g | | |
| | | | | | | | | | | |
| II | Mus ryżowy 1szt. *mleko/ | 100g | Mus ryżowy 1szt. *mleko/ | 100g | Kanapka razowa z szynką dębową 1 szt. *gluten/ | 80g | Budyń na mleku roślinnym 250ml *gluten/ | 250g | | |

| | Energia | 2139,9 | Energia | 2026,8 | Energia | 2243,4 | Energia | 2245,3 |
|----|--------------------|--------|--------------------|--------|--------------------|--------|--------------------|--------|
| g | Białko | 117,44 | Białko | 114,64 | Białko | 121,24 | Białko | 57,227 |
| g | Tłuszcz | 66,025 | Tłuszcz | 56,67 | Tłuszcz | 71,34 | Tłuszcz | 88,045 |
| g | Kwasy Nasycone | 28,554 | Kwasy Nasycone | 21 | Kwasy Nasycone | 23,67 | Kwasy Nasycone | 37,653 |
| g | Węglowodany ogółem | 266,44 | Węglowodany ogółem | 263,31 | Węglowodany ogółem | 267,65 | Węglowodany ogółem | 298,3 |
| g | W tym cukry | 41,568 | W tym cukry | 54,163 | W tym cukry | 29,273 | W tym cukry | 36,633 |
| g | Błonnik pokarmowy | 30,172 | Błonnik pokarmowy | 24,552 | Błonnik pokarmowy | 40,807 | Błonnik pokarmowy | 36,612 |
| mg | Sód | 3012,8 | Sód | 2334 | Sód | 2970,7 | Sód | 1836,4 |

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 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

WSZELKIE UWAGI DOTYCZĄCE POSILKÓW ORAZ OPINIE MOŻNA ZŁOŻYĆ NA FORMULARZU DOSTĘPNYM W DYŻURKACH PIELEGIARNYCH.