

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie

DZIAŁ ŻYWIENIA

sobota 18 kwietnia 2026

DIETA	Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży		Dieta łatwostrawna dla kobiet w ciąży		Dieta dla kobiet w ciąży z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		Dieta wegańska dla kobiet w ciąży		0	
I SNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 300ml *mleko/	300g	Płatki owsiane na mleku 300ml *mleko/	300g	Skyr szt. *mleko/	140g	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		
	Szynka wiejska 60g *soja/	60g	Szynka wiejska 60g *soja/	60g	Szynka wiejska 60g *soja/	60g	Paszтет warzywny 1szt. *soja/*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	Margaryna 10g	10g		
	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g		
II	Skyr szt. *mleko/	140g	Skyr szt. *mleko/	140g	Jabłko 1szt.	180g	Kisiel 250ml	250g		
OBIAD	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml *seler/	350g	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml *seler/	350g	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml *seler/	350g	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml *seler/	350g		
	Kociółek wieprzowy duszony z kolorowymi warzywami	250g	Kociółek wieprzowy duszony z kolorowymi warzywami	250g	Kociółek wieprzowy duszony z kolorowymi warzywami	250g	Warzywny kociółek duszony 250g *gluten/*soja/	250g		
	Kasza gryczana 180g	180g	Kasza jęczmienna 180g	180g	Kasza gryczana 150g	150g	Kasza gryczana 180g	180g		
	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g		
	Jabłko 1szt.	180g	Banan 1szt.	120g			Jabłko 1szt.	180g		
Podwieszanek					Kanapka razowa z twarogiem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g				
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		
	Twarożek z suszonymi pomidorami *mleko/	100g	Twarożek z suszonymi pomidorami *mleko/	100g	Twarożek z suszonymi pomidorami *mleko/	100g	Wędlina wegańska 90g	90g		
	Mix sałat z pomidorkami i ciecierzycą z oliwą	50g	Mix sałat z pomidorkami i oliwą	50g	Mix sałat z pomidorkami i ciecierzycą z oliwą	50g	Mix sałat z pomidorkami i ciecierzycą z oliwą	50g		
	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		
	III	Mus owocowy 1szt.	100g	Mus owocowy 1szt.	100g	Kanapka razowa z pastą jajeczną 1szt. *gluten/*jaja/*gorczyca/	100g	Mus owocowy 1szt.	100g	

kcal	Energia	2211,2	Energia	2160	Energia	2195,4	Energia	2405,4
g	Białko	132,32	Białko	126,96	Białko	133,5	Białko	69,709
g	Tłuszcz	77,316	Tłuszcz	77,543	Tłuszcz	82,766	Tłuszcz	89,211
g	Kwasy Nasycone	22,62	Kwasy Nasycone	22,725	Kwasy Nasycone	20,835	Kwasy Nasycone	36,664
g	Węglowodany ogółem	275,86	Węglowodany ogółem	274,58	Węglowodany ogółem	250,7	Węglowodany ogółem	316,35
g	W tym cukry	61,493	W tym cukry	56,463	W tym cukry	38,818	W tym cukry	63,225
g	Błonnik pokarmowy	33,532	Błonnik pokarmowy	27,652	Błonnik pokarmowy	39,987	Błonnik pokarmowy	43,895
mg	Sód	1957,9	Sód	1848,3	Sód	2098,2	Sód	1782,2

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupiaki; 3. jaja; 5. orzechy ziemne; 6. soja; 7. mleko; 8. orzechy; 9. seler; 10. gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. łubin
 (*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen. Sposób przygotowania: (g) - gotowane, (s) - smażone, (d) - duszone, (p) - pieczone, (gr) - grillowane
 W uzasadnionych przypadkach 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 zyczenie 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 19 kwietnia 2026											
DIETA	Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży		Dieta łatwostrawna dla kobiet w ciąży		Dieta dla kobiet w ciąży z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		Dieta wegańska dla kobiet w ciąży		0		
I	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		
		Kielbaski białe śniadaniowe 3 szt. *soja/	90g	Kielbaski białe śniadaniowe 3 szt. *soja/	90g	Kielbaski białe śniadaniowe 3 szt. *soja/	90g	Wędlina wegańska 30g	30g		
		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 z cytryną	250g	masło 10g *mleko/	10g	Margaryna 10g	10g		
		Herbata z cytryną	250g			Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g		
II		Kisiel 250ml	250g	Kisiel 250ml	250g	Kefir szt. *mleko/	200g	Budyń na mleku roślinnym 250ml *gluten/	250g		
OBIAD	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		
		Kotlet z udźca indyka (p) 100g *gluten/*jaja/	100g	Kotlet z udźca indyka (p) 100g *gluten/*jaja/	100g	Kotlet z udźca indyka (p) 100g *gluten/*jaja/	100g	Kotlet warzywny pieczony 100g *gluten/*soja/	100g		
		Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Ziemniaki gotowane 180g	180g		
		Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g		
		Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g		
Kolekcja	Kolekcja	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 jaj ze szczypiorkiem *jaja/*gorczyca/	100g	Pasta z jaj *jaja/*gorczyca/	100g	Pasta z jaj ze szczypiorkiem *jaja/*gorczyca/	100g	Hummus gotowy 115g *ziarna_sesamu/	115g		
		Ogórek kiszony 60g	60g	Pomidor 50g	50g	Salata 30g	30g	Ogórek kiszony 60g	60g		
		Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	Ogórek kiszony 60g	60g	Salata 30g	30g		
		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		
		III		Kefir szt. *mleko/	200g	Kefir szt. *mleko/	200g	Kanapka razowa szynką z indyka z 1 szt. *gluten/	80g	Kisiel 250ml	250g
		kcal		Energia	2349,5	Energia	2272,8	Energia	2351,3	Energia	2271,7
		g		Białko	106,28	Białko	104,59	Białko	120,79	Białko	61,789
		g		Tłuszcz	94,15	Tłuszcz	93,36	Tłuszcz	103,92	Tłuszcz	76,632
g		Kwasy Nasycone	35,11	Kwasy Nasycone	35,054	Kwasy Nasycone	34,607	Kwasy Nasycone	23,926		
g		Węglowodany ogółem	257,96	Węglowodany ogółem	243,7	Węglowodany ogółem	217,16	Węglowodany ogółem	292,8		
g		W tym cukry	46,672	W tym cukry	47,172	W tym cukry	30,012	W tym cukry	52,847		
g		Błonnik pokarmowy	29,374	Błonnik pokarmowy	25,339	Błonnik pokarmowy	35,28	Błonnik pokarmowy	38,023		
mg		Sód	2333,6	Sód	2158,1	Sód	2358,5	Sód	1917,6		

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. łubin
 (*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen. Sposób przygotowania: (g) - gotowane, (s) - smażone, (d) - duszone, (p) - pieczone, (gr) - grillowane
 W uzasadnionych przypadkach zastrzegamy możliwość wymiany zaplanowanych w jadłospisie produktów na równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych. Szczegółowy wykaz składników dań kulinarnych oraz produktów spożywczych dostępny na życzenie u dietetyka lub kierownika Działu Żywienia.
 Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

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

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie										
DZIAŁ ŻYWIENIA										
poniedziałek 20 kwietnia 2026										
DIETA	Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży		Dieta łatwostrawna dla kobiet w ciąży		Dieta dla kobiet w ciąży z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		Dieta wegańska dla kobiet w ciąży		0	
I	SNIADANIE	Zacierka na mleku (g) 300ml *gluten/*jaja/*mleko/	300g	Zacierka na mleku (g) 300ml *gluten/*jaja/*mleko/	300g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Ryz 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 dębowa drobiowa 60g	60g	Szynka dębowa drobiowa 60g	60g	Szynka dębowa drobiowa 60g	60g	Wędlina wegańska 90g	90g	
		Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	
		Oliwki czarne 5 szt.	20g	masło 10g *mleko/	10g	Oliwki czarne 5 szt.	20g	Oliwki czarne 5 szt.	20g	
		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		Serek homogenizowany 1 szt. *mleko/	150g	Serek homogenizowany 1 szt. *mleko/	150g	Serek homogenizowany 1 szt. *mleko/	150g	Mus owocowy 1szt.	100g	
I	OBIAD	Zupa solferino 350ml	350g	Zupa solferino 350ml	350g	Zupa solferino 350ml	350g	Zupa solferino 350ml	350g	
		Gulasz z fileta z indyka (d) 150g *gluten/*mleko/*seler/	150g	Gulasz z fileta z indyka (d) 150g *gluten/*mleko/*seler/	150g	Gulasz z fileta z indyka (d) 150g *gluten/*mleko/*seler/	150g	Ratatuj duszone z ciecierzycą 150	150g	
		Kasza gryczana (g) 180g	180g	Kasza jęczmienna (g) 180g	180g	Kasza gryczana (g) 180g	180g	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	
Podwieczorek					Kanapka razowa z jajkiem 1szt. *gluten/*jaja/*gorczyca/	100g				
I	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	Paszтет warzywny 1szt. *soja/*gorczyca/	113g	
		Ser twarogowy w plastrach 45g *mleko/	45g	Ser twarogowy w plastrach 45g *mleko/	45g	Ser twarogowy w plastrach 45g *mleko/	45g	Pomidor 100g	100g	
		Pomidor 100g	100g	Pomidor 100g	100g	Pomidor 100g	100g	Margaryna 10g	10g	
		masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	Herbata miętowa	250g	
		Herbata miętowa	250g	Herbata miętowa	250g	Herbata rumiankowa	250g			
II		Banan 1szt.	120g	Banan 1szt.	120g	Kanapka razowa z szynką dębową 1 szt. *gluten/	80g	Banan 1szt.	120g	
kcal		Energia	2325	Energia	2213,9	Energia	2522,9	Energia	2264	
g		Białko	128,68	Białko	123,13	Białko	136,66	Białko	62,332	
g		Tłuszcz	79,622	Tłuszcz	75,902	Tłuszcz	95,802	Tłuszcz	79,156	
g		Kwasy Nasycone	20,011	Kwasy Nasycone	19,921	Kwasy Nasycone	21,396	Kwasy Nasycone	35,753	
g		Węglowodany ogółem	270,51	Węglowodany ogółem	259,73	Węglowodany ogółem	265,62	Węglowodany ogółem	316,41	
g		W tym cukry	44,119	W tym cukry	43,209	W tym cukry	22,844	W tym cukry	59,955	
g		Blonnik pokarmowy	31,939	Blonnik pokarmowy	27,139	Blonnik pokarmowy	42,514	Blonnik pokarmowy	41,01	
mg		Sód	3458,2	Sód	2871	Sód	3862,9	Sód	2206,8	

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. 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 jadłospisach 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

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

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie

DZIAŁ ŻYWIENIA

wtorek 21 kwietnia 2026

DIETA	Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży		Dieta łatwostrawna dla kobiet w ciąży		Dieta dla kobiet w ciąży z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		Dieta wegańska dla kobiet w ciąży		0	
I SNIADANIE	Musli na mleku (g) *gluten/*mleko/*orzeczy/	300g	Musli na mleku (g) *gluten/*mleko/*orzeczy/	300g	Skyr szt. *mleko/	140g	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		
	Szynka krucha 60g *soja/	60g	Szynka krucha 60g *soja/	60g	Szynka krucha 60g *soja/	60g	Hummus gotowy 115g *ziarna_sezamu/	115g		
	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g		
	Roszpinka	10g	Roszpinka	10g	Roszpinka	10g	Roszpinka	10g		
	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	Kisiel 250ml	250g	Kisiel 250ml	250g	Gruszka 1szt.	120g	Kisiel 250ml	250g		
OBIAD	Zupa pomidorowa z makaronem (g) 350ml *gluten/*soja/*mleko/*seler/	350g	Zupa pomidorowa z makaronem (g) 350ml *gluten/*soja/*mleko/*seler/	350g	Zupa pomidorowa z makaronem (g) 350ml *gluten/*soja/*mleko/*seler/	350g	Zupa pomidorowa z makaronem (g) b/m 350ml *gluten/*soja/*seler/	350g		
	Kotlet mielony wieprzowy (p) 100g *gluten/*jaja/	100g	Kotlet mielony wieprzowy (p) 100g *gluten/*jaja/	100g	Kotlet mielony wieprzowy (p) 100g *gluten/*jaja/	100g	Danie wegańskie (p) 100g *gluten/*soja/	100g		
	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Ziemniaki gotowane 180g	180g		
	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 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g		
Podwieczorek					Kanapka razowa z szynką dębową 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		
	Pasta z tuńczyka *jaja/*ryby/*gorczyca/	100g	Pasta z tuńczyka z jogurtem *jaja/*ryby/*mleko/	100g	Schab biały 60g *soja/	60g	Wędlina wegańska 90g	90g		
	Ser twarogowy topiony 1szt *mleko/	17g	Ser twarogowy topiony 1szt *mleko/	17g	Ser twarogowy topiony 1szt *mleko/	17g	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 owocowa	250g	masło 10g *mleko/	10g	Herbata owocowa	250g		
	Herbata owocowa	250g			Herbata owocowa	250g				
III	Gruszka 1szt.	120g	Banan 1szt.	120g	Kanapka razowa ze schabem pieczonym 1 szt. *gluten/*soja/*seler/	80g	Gruszka 1szt.	120g		

kcal	Energia	2321	Energia	2157,1	Energia	2221,7	Energia	2369
g	Białko	108,11	Białko	107,1	Białko	122,72	Białko	56,961
g	Tłuszcz	84,784	Tłuszcz	70,999	Tłuszcz	83,684	Tłuszcz	77,894
g	Kwasy Nasycone	29,922	Kwasy Nasycone	29,832	Kwasy Nasycone	31,778	Kwasy Nasycone	21,159
g	Węglowodany ogółem	276,51	Węglowodany ogółem	269,99	Węglowodany ogółem	267,44	Węglowodany ogółem	322,49
g	W tym cukry	45,321	W tym cukry	56,125	W tym cukry	27,03	W tym cukry	47,828
g	Błonnik pokarmowy	27,457	Błonnik pokarmowy	21,129	Błonnik pokarmowy	37,409	Błonnik pokarmowy	39,124
mg	Sód	2381,6	Sód	2217,2	Sód	2829,2	Sód	1706,8

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupiaki; 3. jaja; 5 orzeszki ziemne; 6. soja; 7. mleko; 8. orzechy; 9. seler; 10. gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. łubin
 (*) produkt zawiera wskazany alergen; (†) produkt może zawierać wskazany alergen. Sposób przygotowania: (g) - gotowane, (s) - smażone, (d) - duszone, (p) - pieczone, (gr) - grillowane
 W uzasadnionych przypadkach zastrzegamy możliwość wymiany zaplanowanych w jadłospisie produktów na równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych. Szczegółowy wykaz składników dań kulinarnych oraz produktów spożywczych dostępny na zyczenie 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										
środa 22 kwietnia 2026										
DIETA	Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży		Dieta łatwostrawna dla kobiet w ciąży		Dieta dla kobiet w ciąży z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		Dieta wegańska dla kobiet w ciąży		0	
I	SNIADANIE	Serek wiejski 1 szt.	200g	Serek wiejski 1 szt.	200g	Serek wiejski 1 szt.	200g	Płatki jęczmienne na mleku roślinnym 300ml	300g	
		Bułka kajzerka 50g *gluten/	50g	Bułka kajzerka 50g *gluten/	50g	Bułka razowa 70g *gluten/	70g	Bułka razowa 70g *gluten/	70g	
		Chleb razowy 30g *gluten/	30g	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Parówki z indyka (g) 3 szt.	90g	Chleb razowy 30g *gluten/	30g	
		Parówki z indyka (g) 3 szt.	90g	Parówki z indyka (g) 3 szt.	90g	Ketchup 1 szt.	1g	Parówki wegańskie (g) 2 szt. *gluten/	100g	
		Ketchup 1 szt.	1g	Ketchup 1 szt.	1g	Ogórek 50g	50g	Ketchup 1 szt.	1g	
		Ogórek 50g	50g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	Ogórek 50g	50g	
		Salata 30g	30g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	Salata 30g	30g	
		masło 10g *mleko/	10g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Margaryna 10g	10g	
Herbata z cytryną	250g					Herbata z cytryną	250g			
II		Banan 1szt.	120g	Banan 1szt.	120g	Kanapka razowa z twarogiem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g	Banan 1szt.	120g	
I	OBIAD	Manna na rosole (g) 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	
		Filet z kurczaka soute 100g *gluten/	100g	Filet z kurczaka soute 100g *gluten/	100g	Filet z kurczaka soute 100g *gluten/	100g	Danie wegańskie (p) 100g *gluten/*soja/	100g	
		Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	
		Surówka z czerwonej kapusty 150g *gorczyca/	150g	Marchewka mini gotowana 150g	150g	Surówka z czerwonej kapusty 150g *gorczyca/	150g	Marchewka mini gotowana 150g	150g	
		Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	
Podmieszczek										
I	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 z piersi indyka 60g	60g	Szynka z piersi indyka 60g	60g	Szynka z piersi indyka 60g	60g	Wędlina wegańska 90g	90g	
		Mini mozzarella 45g *mleko/	45g	Mini mozzarella 45g *mleko/	45g	Mini mozzarella 45g *mleko/	45g	Rzodkiewka 50g	50g	
		Rzodkiewka 50g	50g	Pomidor 100g	100g	Rzodkiewka 50g	50g	Pomidor 50g	50g	
		Pomidor 50g	50g	masło 10g *mleko/	10g	Pomidor 50g	50g	Margaryna 10g	10g	
		masło 10g *mleko/	10g	Herbata rumiankowa	250g	masło 10g *mleko/	10g	Herbata rumiankowa	250g	
		Herbata rumiankowa	250g			Herbata rumiankowa	250g			
II		Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g	Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g	Skyr smakowy szt. *mleko/	140g	Mus owocowy 1szt.	100g	
kcal		Energia	2264,2	Energia	2166,2	Energia	2273,1	Energia	2245,6	
g		Białko	128,61	Białko	127,29	Białko	149,5	Białko	57,78	
g		Tłuszcz	90,003	Tłuszcz	89,118	Tłuszcz	88,191	Tłuszcz	84,025	
g		Kwasy Nasycone	21,913	Kwasy Nasycone	21,626	Kwasy Nasycone	19,526	Kwasy Nasycone	33,206	
g		Węglowodany ogółem	227,05	Węglowodany ogółem	209,24	Węglowodany ogółem	209,73	Węglowodany ogółem	299,33	
g		W tym cukry	43,654	W tym cukry	50,114	W tym cukry	25,329	W tym cukry	62,703	
g		Błonnik pokarmowy	25,298	Błonnik pokarmowy	22,273	Błonnik pokarmowy	29,396	Błonnik pokarmowy	48,7	
mg		Sód	2563,2	Sód	2665,5	Sód	2619,8	Sód		

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. 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 Żywności.
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

czwartek 23 kwietnia 2026

DIETA	Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży		Dieta łatwostrawna dla kobiet w ciąży		Dieta dla kobiet w ciąży z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		Dieta wegańska dla kobiet w ciąży		0	
I SNIADANIE	Manna na mleku (g) 300ml *gluten/*mleko/	300g	Manna na mleku (g) 300ml *gluten/*mleko/	300g	Kefir szt. *mleko/	200g	Zupa warzywna z kaszą manną (g) 300ml *gluten/*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		
	Jajecznica ze szczypiorkiem *jajka/	100g	Jajecznica na parze *jajka/	100g	Jajecznica ze szczypiorkiem *jajka/	100g	Paszтет warzywny 1szt. *soja/*gorczyca/	113g		
	Mix sałat z pomidorkami	60g	Mix sałat z pomidorkami	60g	Mix sałat z pomidorkami	60g	Mix sałat z pomidorkami	60g		
	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	Kefir szt. *mleko/	200g	Kefir szt. *mleko/	200g	Jabłko 1szt.	180g	Mus owocowy 1szt.	100g		
OBIAD	Zupa buraczkowa (g) 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa buraczkowa (g) 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa buraczkowa (g) 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa buraczkowa b/mięsa (g) 350ml *seler/	350g		
	Pierogi z mięsem (g) 10 szt.	200g	Pierogi z mięsem (g) 10 szt.	200g	Pierogi z mięsem (g) 8 szt.	125g	Pierogi z kapustą i grzybami (g) 8 szt. *gluten/	200g		
	Surówka koperkowa *jajka/*gorczyca/	150g	Gotowane warzywa 150g *seler/	150g	Surówka koperkowa *jajka/*gorczyca/	150g	Surówka koperkowa *jajka/*gorczyca/	150g		
	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g		
Podwieszczek					Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g				
Kolacja	Chleb razowy 30g *gluten/	30g	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Chleb razowy 30g *gluten/	30g	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g		
	Sałátka (d/o) z k. bul., s. pom, fetą, og. i szynką *gluten/*mleko/*gorczyca/	250g	Sałátka (d/l) z k. bulgu, s. pom, fetą i szynką *gluten/*mleko/	250g	Sałátka (d/c) z k. bul, ogórkiem, s. pom, szynką, f *gluten/*mleko/*gorczyca/	250g	Sałátka (d/w) z k. bulgur, s. pom, ogórkiem i socz *gluten/*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		
=	Serek homogenizowany waniliowy 1szt. *mleko/	100g	Serek homogenizowany waniliowy 1szt. *mleko/	100g	Kanapka razowa z pasztetem 1 szt. *gluten/*jajka/*soja/*mleko/*sele/	80g	Kisiel 250ml	250g		
kcal		Energia 2396,1	Energia 2263,2	Energia 2258,3	Energia 2164,4					
g		Białko 101,5	Białko 101,99	Białko 89,253	Białko 41,388					
g		Tłuszcz 96,872	Tłuszcz 91,227	Tłuszcz 93,302	Tłuszcz 104,43					
g		Kwasy Nasycone 28,668	Kwasy Nasycone 30,547	Kwasy Nasycone 28,04	Kwasy Nasycone 22,207					
g		Węglowodany ogółem 267,6	Węglowodany ogółem 249,46	Węglowodany ogółem 248,2	Węglowodany ogółem 249,9					
g		W tym cukry 53,204	W tym cukry 54,655	W tym cukry 41,369	W tym cukry 39,488					
g		Błonnik pokarmowy 24,941	Błonnik pokarmowy 21,934	Błonnik pokarmowy 32,206	Błonnik pokarmowy 31,811					
mg		Sód 1819	Sód 1808,2	Sód 1971,5	Sód 1128,7					

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

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie										
DZIAŁ ŻYWIENIA										
piątek 24 kwietnia 2026										
DIETA	Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży		Dieta łatwostrawna dla kobiet w ciąży		Dieta dla kobiet w ciąży z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		Dieta wegańska dla kobiet w ciąży		0	
I	SNIADANIE	Płatki ryżowe na mleku (g) 300ml *mleko/	300g	Płatki ryżowe na mleku (g) 300ml *mleko/	300g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Zupa warzywna z ryżem (g) 300ml *seler/	300g	
		Rogal pszenny 80g *gluten/	70g	Rogal pszenny 80g *gluten/	70g	Bułka razowa 70g *gluten/	70g	Rogal pszenny 80g *gluten/	70g	
		Paszтет warzywny 1szt. *soja/*gorczyca/	113g	Paszтет warzywny 1szt. *soja/*gorczyca/	113g	Paszтет warzywny 1szt. *soja/*gorczyca/	113g	Paszтет warzywny 1szt. *soja/*gorczyca/	113g	
		Schab biały 30g *soja/	30g	Schab biały 30g *soja/	30g	Schab biały 30g *soja/	30g	Ogórek kiszony 60g	60g	
		Ogórek kiszony 60g	60g	Pomidor 100g	100g	Ogórek kiszony 60g	60g	Pomidor 50g	50g	
		Pomidor 50g	50g	masło 10g *mleko/	10g	Pomidor 50g	50g	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		Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Kiwi 1szt.	75g	Mus owocowy 1szt.	100g	
OBIAŁ		Zupa neapolitańska z makaronem (g) 350ml *gluten/*soja/*mleko/*seler/	350g	Zupa neapolitańska z makaronem (g) 350ml *gluten/*soja/*mleko/*seler/	350g	Zupa neapolitańska z makaronem (g) 350ml *gluten/*soja/*mleko/*seler/	350g	Rosół z makaronem (nb) (g) 350ml *gluten/*soja/*seler/	350g	
		Ryba pieczona 100g *gluten/*ryby/	100g	Ryba pieczona 100g *gluten/*ryby/	100g	Ryba pieczona 100g *gluten/*ryby/	100g	Danie wegańskie (p) 100g *gluten/*soja/	100g	
		Sos koperkowy (g) 80g *gluten/*mleko/*seler/	80g	Sos koperkowy (g) 80g *gluten/*mleko/*seler/	80g	Ryż z warzywami (g) 200g	200g	Sos koperkowy BM(g) 80g *gluten/*seler/	80g	
		Ryż z warzywami (g) 250g	180g	Ryż z warzywami (g) 250g	180g	Kompot 250ml	250g	Ryż z warzywami (g) 250g	180g	
		Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g			Kompot 250ml	250g	
Publitzonok					Kanapka razowa z poledwicą miodową 1 szt. *gluten/*soja/*seler/	80g				
Kolekcja		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	
		Twaróg 100g *mleko/	100g	Twaróg 100g *mleko/	100g	Twaróg 100g *mleko/	100g	Wędlina wegańska 90g	90g	
		Dżem 2 szt.	50g	Dżem 2 szt.	50g	Pomidor 100g	100g	Dżem 2 szt.	50g	
		Pomidor 100g	100g	Pomidor 100g	100g	masło 10g *mleko/	10g	Pomidor 100g	100g	
		masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	Herbata owocowa	250g	Margaryna 10g	10g	
		Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g			Herbata owocowa	250g	
II		Kiwi 1szt.	75g	Banan 1szt.	120g	Kanapka razowa z serem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g	Kiwi 1szt.	75g	
		kcal	Energia	2392	Energia	2397,1	Energia	2237,8	Energia	2392,4
		g	Białko	118,89	Białko	118,03	Białko	114,94	Białko	53,616
		g	Tłuszcz	93,886	Tłuszcz	93,101	Tłuszcz	99,37	Tłuszcz	111,55
		g	Kwasy Nasycone	36,381	Kwasy Nasycone	36,356	Kwasy Nasycone	40,745	Kwasy Nasycone	36,693
		g	Węglowodany ogółem	263,2	Węglowodany ogółem	267,29	Węglowodany ogółem	213,2	Węglowodany ogółem	283,93
		g	W tym cukry	36,565	W tym cukry	49,02	W tym cukry	20,035	W tym cukry	43,259
		g	Błonnik pokarmowy	21,507	Błonnik pokarmowy	18,892	Błonnik pokarmowy	29,357	Błonnik pokarmowy	31,873
		mg	Sód	2132,5	Sód	2008,9	Sód	2494,6	Sód	1413,4

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupiaki; 3. jaja; 5. orzechy ziemne; 6. soja; 7. mleko; 8. orzechy; 9. seler; 10. gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. łubin
 (*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen. Sposób przygotowania: (g) - gotowane, (s) - smażone, (d) - duszone, (p) - pieczone, (gr) - grillowane
 W uzasadnionych przypadkach 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 POŚILKÓW ORAZ OPINIE MOŻNA ZŁOŻYĆ NA FORMULARZU DOSTĘPNYM W DYŻURKACH PIELĘGNIARSKICH.

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie

DZIAŁ ŻYWIENIA

niedziela 26 kwietnia 2026

DIETA	Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży		Dieta łatwostrawna dla kobiet w ciąży		Dieta dla kobiet w ciąży z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		Dieta wegańska dla kobiet w ciąży		0	
I SNIADANIE	Płatki owsiane na mleku (g) 300ml *mleko/	300g	Płatki owsiane na mleku (g) 300ml *mleko/	300g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Płatki owsiane na mleku roślinnym (g) 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	Wędlina wegańska 90g	90g		
	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g		
	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g		
	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	Serek wiejski 1 szt.	200g	Serek wiejski 1 szt.	200g	Serek wiejski 1 szt.	200g	Mus owocowy 1szt.	100g		
OBIAD	Zupa jarzynowa (g) 350ml	350g	Zupa jarzynowa (g) 350ml	350g	Zupa jarzynowa (g) 350ml	350g	Zupa jarzynowa (g) 350ml	350g		
	Eskalopek drobiowy pieczony 100g *gluten/*jaja/	100g	Eskalopek drobiowy pieczony 100g *gluten/*jaja/	100g	Eskalopek drobiowy pieczony 100g *gluten/*jaja/	100g	Danie wegańskie 100g *gluten/*soja/	100g		
	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Surówka z porzem 150g *jaja/*gorczyca/	150g	Ziemniaki gotowane 180g	180g		
	Surówka z porzem 150g *jaja/*gorczyca/	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g		
	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g		
Podwieszanek				Kanapka razowa z pieczenią z indyka 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		
	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g	Wędlina wegańska 90g	90g		
	Ogórek 50g	50g	Salata 30g	30g	Ogórek 50g	50g	Ogórek 50g	50g		
	Salata 30g	30g	masło 10g *mleko/	10g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g		
	masło 10g *mleko/	10g	Herbata czarna b/c	250g	masło 10g *mleko/	10g	Margaryna 10g	10g		
	Herbata czarna b/c	250g			Herbata czarna b/c	250g	Herbata czarna b/c	250g		
	II	Skyr smakowy szt. *mleko/	140g	Skyr smakowy szt. *mleko/	140g	Kanapka razowa z poledwicą miodową 1 szt. *gluten/*soja/*saler/	80g	Kisiel 250ml	250g	

kcal	Energia	2397,5	Energia	2176,9	Energia	2319	Energia	2229,5
g	Białko	155,05	Białko	155,72	Białko	141,34	Białko	61,952
g	Tłuszcz	89,872	Tłuszcz	76,647	Tłuszcz	89,557	Tłuszcz	84,261
g	Kwasy Nasycone	24,225	Kwasy Nasycone	27,189	Kwasy Nasycone	27,946	Kwasy Nasycone	36,037
g	Węglowodany ogółem	236,26	Węglowodany ogółem	211,46	Węglowodany ogółem	223,59	Węglowodany ogółem	292,07
g	W tym cukry	36,135	W tym cukry	31,885	W tym cukry	22,13	W tym cukry	50,501
g	Błonnik pokarmowy	25,291	Błonnik pokarmowy	25,229	Błonnik pokarmowy	32,484	Błonnik pokarmowy	38,104
mg	Sód	2312,6	Sód	2160,1	Sód	2398,4	Sód	1701,8

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 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 PIELEGIARNIKICH.

