

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie									
DZIAŁ ŻYWIENIA									
środa 08 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
SNIADANIE		Kasza kukurydziana na mleku (g) 300ml *mleko/	300g	Kasza kukurydziana na mleku (g) 300ml *mleko/	300g	Skyr szt. *mleko/	140g	Kasza kukurydziana 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
		Kiełbasa żywiecka 60g	60g	Kiełbasa żywiecka 60g	60g	Kiełbasa żywiecka 60g	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	Banan 1szt.	120g	Banan 1szt.	120g	Sok wielowarzywny 300ml	300g	Banan 1szt.	120g	
OBIAŁ		Zupa krupnik (g) 350ml *seler/	350g	Zupa krupnik (g) 350ml *seler/	350g	Zupa krupnik (g) 350ml *seler/	350g	Zupa krupnik (g) 350ml *seler/	350g
		Kotlet schabowy (s) 100g *gluten/*jaja/	100g	Kotlet schabowy soute (d) 100g *gluten/	100g	Kotlet schabowy 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
		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
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
		Pieczeń z indykiem 60g *gluten/	60g	Pieczeń z indykiem 60g *gluten/	60g	Pieczeń z indykiem 60g *gluten/	60g	Wędlina wegańska 90g	90g
		Twarożek z pesto 50g *mleko/*orzeczy/	50g	Twarożek z pesto 50g *mleko/*orzeczy/	50g	Twarożek z pesto 50g *mleko/*orzeczy/	50g	Ogórek 50g	50g
		Ogórek 50g	50g	Salata 30g	30g	Ogórek 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		
II	Sok wielowarzywny 300ml	300g	Sok wielowarzywny 300ml	300g	Kanapka razowa ze schabem pieczonym 1 szt. *gluten/*soja/*seler/	80g	Sok wielowarzywny 300ml	300g	
kcal	Energia	2561,5	Energia	2370,9	Energia	2465,7	Energia	2493,7	
g	Białko	128,75	Białko	121,63	Białko	140,11	Białko	69,106	
g	Tłuszcz	89,456	Tłuszcz	83,251	Tłuszcz	103,9	Tłuszcz	81,734	
g	Kwasy Nasycone	33,667	Kwasy Nasycone	32,373	Kwasy Nasycone	35,111	Kwasy Nasycone	25,768	
g	Węglowodany ogółem	300,93	Węglowodany ogółem	277,33	Węglowodany ogółem	259,7	Węglowodany ogółem	328,18	
g	W tym cukry	57,21	W tym cukry	55,39	W tym cukry	37,675	W tym cukry	59,651	
g	Błonnik pokarmowy	37,757	Błonnik pokarmowy	32,267	Błonnik pokarmowy	42,992	Błonnik pokarmowy	47,538	
mg	Sód	2756,2	Sód	2542,3	Sód	2922,9	Sód	2460,3	

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupki; 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 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 DYZURKACH PIELĘGNIARSKICH.

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie										
DZIAŁ ŻYWIENIA										
czwartek 09 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	
		Parówki z indyka (g) 3 szt.	90g	Parówki z indyka (g) 3 szt.	90g	Parówki z indyka (g) 3 szt.	90g	Parówki wegańskie (g) 2 szt. *gluten/	100g	
		Ketchup 1 szt.	1g	Ketchup 1 szt.	1g	Ketchup 1 szt.	1g	Ketchup 1 szt.	1g	
		Mix sałat z pomidorkami i oliwą	60g	Mix sałat z pomidorkami i oliwą	50g	Mix sałat z pomidorkami i oliwą	60g	Mix sałat z pomidorkami i oliwą	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		Skyr smakowy szt. *mleko/	140g	Skyr smakowy szt. *mleko/	140g	Skyr szt. *mleko/	140g	Mus owocowy 1szt.	100g	
I	OBIAD	Zupa solferino (g) 350ml	350g	Zupa solferino (g) 350ml	350g	Zupa solferino (g) 350ml	350g	Zupa solferino (g) 350ml	350g	
		Zraz wieprzowy (d) 100g *jajal/*seler/	180g	Zraz wieprzowy (d) 100g *jajal/*seler/	180g	Zraz wieprzowy (d) 100g *jajal/*seler/	180g	Danie wegańskie 100g *gluten/*sojal/	100g	
		Sos własny (g) 80g *gluten/*mleko/*seler/	80g	Sos własny (g) 80g *gluten/*mleko/*seler/	80g	Kasza gryczana (g) 150g	150g	Kasza gryczana (g) 180g	180g	
		Kasza gryczana (g) 180g	180g	Kasza jęczmienna (g) 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 drobiową 1 szt. *gluten/	80g					
I	KOLACJA	Chleb razowy 30g *gluten/	30g	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Chleb razowy 30g *gluten/	30g	Chleb razowy 30g *gluten/	30g	
		Salatka z makaronu orzo z kurczakiem, soczewicą i warzywami *gluten/*gorczyca/	250g	Salatka z makaronu orzo z kurczakiem i warzywami *gluten/	250g	Salatka z ciemnym makaronem z kurczakiem i warzywami *gluten/*sojal/*gorczyca/	250g	Salatka z orzo z soczewicą i warzywami vege *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	
II		Jogurt smakowy szt. *mleko/	150g	Jogurt smakowy szt. *mleko/	150g	Kanapka razowa z serem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g	Mus owocowy 1szt.	100g	

kcal	Energia	2451	Energia	2286,1	Energia	2604,9	Energia	2358,4
g	Białko	138,67	Białko	110,26	Białko	149,46	Białko	73,247
g	Tłuszcz	85,963	Tłuszcz	86,353	Tłuszcz	110,76	Tłuszcz	89,912
g	Kwasy Nasycone	27,873	Kwasy Nasycone	27,96	Kwasy Nasycone	34,657	Kwasy Nasycone	16,208
g	Węglowodany ogółem	275,2	Węglowodany ogółem	265,7	Węglowodany ogółem	278,45	Węglowodany ogółem	296,82
g	W tym cukry	33,812	W tym cukry	32,052	W tym cukry	26,836	W tym cukry	44,344
g	Błonnik pokarmowy	26,28	Błonnik pokarmowy	20,466	Błonnik pokarmowy	36,146	Błonnik pokarmowy	49,318
mg	Sód	1502,5	Sód	1396	Sód	2192,6	Sód	1356,7

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupiaki; 3. jaja; 5 orzeszki ziemne; 6. soja; 7. mleko; 8. orzechy; 9. seler; 10. gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. 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 zyczenie 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 PIELĘGNIARSKICH.

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie

DZIAŁ ŻYWIENIA

piątek 10 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	
SNIADANIE	Ryż na mleku 300ml *mleko/	300g	Ryż na mleku 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		
	Szynka dębowa wieprzowa 30g	30g	Szynka dębowa wieprzowa 30g	30g	Szynka dębowa wieprzowa 30g	30g	Paszтет warzywny 1szt. *soja/*gorczyca/	113g		
	Paszтет warzywny 1szt. *soja/*gorczyca/	113g	Paszтет warzywny 1szt. *soja/*gorczyca/	113g	Paszтет warzywny 1szt. *soja/*gorczyca/	113g	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 z cytryną	250g	masło 10g *mleko/	10g	Herbata z cytryną	250g		
	Herbata z cytryną	250g			Herbata z cytryną	250g				
Jabłko 1szt.	180g	Jabłko pieczone 1szt.	180g	Jabłko 1szt.	180g	Jabłko 1szt.	180g			
OBIAD	Zupa żurek (g) 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa żurek (g) 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa żurek (g) 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa żurek (g) b/m 350ml *seler/	350g		
	Kotlet z ryby pieczony 100g *gluten/*jaja/*ryby/	100g	Kotlet z ryby pieczony 100g *gluten/*jaja/*ryby/	100g	Kotlet z ryby pieczony 100g *gluten/*jaja/*ryby/	100g	Danie wegańskie 100g *gluten/*soja/	100g		
	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Ziemniaki gotowane 180g	180g		
	Surówka koperkowa *jaja/*gorczyca/	150g	Gotowane warzywa 150g *seler/	150g	Surówka koperkowa *jaja/*gorczyca/	150g	Gotowane warzywa 150g *seler/	150g		
	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g		
Podwieczorek				Serek homogenizowany 1 szt. *mleko/	150g					
Kolaćca	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		
	Miód 1 szt.	25g	Miód 1 szt.	25g	Pomidor 100g	100g	Miód 1 szt.	25g		
	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		
	Serek homogenizowany waniliowy 1szt. *mleko/	100g	Serek homogenizowany waniliowy 1szt. *mleko/	100g	Kanapka razowa z jajkiem 1szt. *gluten/*jaja/*gorczyca/	100g	Kisiel 250ml	250g		

kcal	Energia	2582,1	Energia	2384,1	Energia	2591,8	Energia	2381,9
g	Białko	115,99	Białko	115,99	Białko	125,68	Białko	62,743
g	Tłuszcz	86,741	Tłuszcz	77,821	Tłuszcz	106,79	Tłuszcz	89,871
g	Kwasy Nasycone	36,644	Kwasy Nasycone	35,789	Kwasy Nasycone	34,448	Kwasy Nasycone	36,634
g	Węglowodany ogółem	321,35	Węglowodany ogółem	294,81	Węglowodany ogółem	262,72	Węglowodany ogółem	311,43
g	W tym cukry	87,563	W tym cukry	90,833	W tym cukry	39,448	W tym cukry	75,347
g	Błonnik pokarmowy	32,299	Błonnik pokarmowy	28,329	Błonnik pokarmowy	38,774	Błonnik pokarmowy	42,198
mg	Sód	1991	Sód	1912,9	Sód	2038,5	Sód	1814,1

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 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 PIELEŃNIARSKICH.

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie
DZIAŁ ŻYWIENIA
niedziela 12 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	
SNIADANIE	Płatki owsiane na mleku (g) 300ml *mleko/	300g	Płatki owsiane na mleku (g) 300ml *mleko/	300g	Skyr szt. *mleko/	140g	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		
	Pasta z tuńczyka *jaja/*ryby/*gorczyca/	100g	Pasta z tuńczyka *jaja/*ryby/*gorczyca/	100g	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g	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		
Serek wiejski 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 *mleko/	350g	Zupa jarzynowa (g) 350ml *mleko/	350g	Zupa jarzynowa (g) 350ml *mleko/	350g		
	Pieczeń z szynki (p) 100g *jaja/	100g	Pieczeń z szynki (p) 100g *jaja/	100g	Pieczeń z szynki (p) 100g *jaja/	100g	Danie wegańskie 100g *gluten/*soja/	100g		
	Sos pieczeniowy (g) 80g *gluten/*seler/	80g	Sos pieczeniowy (g) 80g *gluten/*seler/	80g	Kasza bulgur gotowana 150g *gluten/	150g	Sos pieczeniowy (g) 80g *gluten/*seler/	80g		
	Kasza bulgur gotowana 150g *gluten/	150g	Kasza bulgur gotowana 180g *gluten/	180g	Brokuł gotowany 150g	150g	Kasza bulgur gotowana 180g *gluten/	180g		
	Brokuł gotowany 150g	150g	Brokuł gotowany 150g	150g	Kompot 250ml	250g	Brokuł gotowany 150g	150g		
	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g			Kompot 250ml	250g		
Podwieczorek					Kanapka razowa z pastą jajeczną 1szt. *gluten/*jaja/*gorczyca/	100g				
Kolejca	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		
	Parówki cielęce (g) 3 szt. *gorczyca/	90g	Parówki cielęce (g) 3 szt. *gorczyca/	90g	Parówki cielęce (g) 3 szt. *gorczyca/	90g	Parówki wegańskie (g) 2 szt. *gluten/	100g		
	Ketchup 1 szt.	1g	Ketchup 1 szt.	1g	Ketchup 1 szt.	1g	Ketchup 1 szt.	1g		
	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		
Mus owocowo-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g	Mus owocowo-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g	Kanapka razowa z polewą miodową 1 szt. *gluten/*soja/*seler/	80g	Kisiel 250ml	250g			

	Energia	2480	Energia	2409,3	Energia	2365,1	Energia	2344,5
g	Białko	135	Białko	133,37	Białko	152,05	Białko	73,004
g	Tłuszcz	100,24	Tłuszcz	101,42	Tłuszcz	104,04	Tłuszcz	86,586
g	Kwasy Nasycone	30,6	Kwasy Nasycone	31,689	Kwasy Nasycone	30,148	Kwasy Nasycone	31,76
g	Węglowodany ogółem	252,94	Węglowodany ogółem	237,5	Węglowodany ogółem	230,6	Węglowodany ogółem	303,7
g	W tym cukry	43,762	W tym cukry	42,154	W tym cukry	27,957	W tym cukry	55,259
g	Błonnik pokarmowy	32,006	Błonnik pokarmowy	27,126	Błonnik pokarmowy	38,113	Błonnik pokarmowy	47,704
mg	Sód	2577	Sód	2464,8	Sód	2377,7	Sód	1926,7

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

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie
DZIAŁ ŻYWIENIA
poniedziałek 13 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					
SNIADANIE	Makaron na mleku (g) 300ml *gluten/*soja/*mleko/	300g	Makaron na mleku (g) 300ml *gluten/*soja/*mleko/	300g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	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		
	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 100g	100g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g		
	Papryka 50g	50g	masło 10g *mleko/	10g	Papryka 50g	50g	Papryka 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	Kefir szt. *mleko/	200g	Kefir szt. *mleko/	200g	Kefir szt. *mleko/	200g	Mus owocowy 1szt.	100g		
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 b/m 350ml *seler/	350g		
	Stek pieczony z cebulką 100g *gluten/*jaja/*gorczyca/	100g	Stek pieczony 100g *gluten/*jaja/*gorczyca/	100g	Stek pieczony z cebulką 100g *gluten/*jaja/*gorczyca/	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 zielonym ogórkiem 150g *mleko/	150g	Gotowane warzywa 150g *seler/	150g	Surówka z zielonym ogórkiem 150g *mleko/	150g	Gotowane warzywa 150g *seler/	150g		
	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g		
Podwieczorek				Kanapka razowa z serem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g					
Kolaćca	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		
	Pieczeń z indykiem 60g *gluten/	60g	Pieczeń z indykiem 60g *gluten/	60g	Pieczeń z indykiem 60g *gluten/	60g	Wędlina wegańska 90g	90g		
	Ogórek kiszony 60g	60g	Pomidor 50g	50g	Ogórek kiszony 60g	60g	Ogórek kiszony 60g	60g		
	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 miętowa	250g	Herbata miętowa	250g	Herbata miętowa	250g	Herbata miętowa	250g		
II	Jogurt smakowy szt. *mleko/	150g	Jogurt smakowy szt. *mleko/	150g	Kanapka razowa z poledwicą sopocką 1 szt. *gluten/*soja/	80g	Budyń na mleku roślinnym 250ml *gluten/	250g		

kcal	Energia	2251,9	Energia	2204,9	Energia	2334	Energia	2165,6
g	Białko	114,84	Białko	114,26	Białko	117,72	Białko	61,651
g	Tłuszcz	89,682	Tłuszcz	92,357	Tłuszcz	90,232	Tłuszcz	77,574
g	Kwasy Nasycone	32,679	Kwasy Nasycone	33,511	Kwasy Nasycone	37,379	Kwasy Nasycone	38,096
g	Węglowodany ogółem	242,47	Węglowodany ogółem	222,49	Węglowodany ogółem	250,73	Węglowodany ogółem	291,08
g	W tym cukry	37,625	W tym cukry	42,99	W tym cukry	25,91	W tym cukry	52,468
g	Błonnik pokarmowy	23,476	Błonnik pokarmowy	21,403	Błonnik pokarmowy	34,949	Błonnik pokarmowy	37,054
mg	Sód	2352,3	Sód	2165,4	Sód	2803,9	Sód	1837,4

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 PIELĘGNIARSKICH.

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie

DZIAŁ ŻYWIENIA

wtorek 14 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	
SNIAĐANIE		Płatki kukurydziane na mleku (g) 300ml *mleko/	300g	Płatki kukurydziane na mleku (g) 300ml *mleko/	300g	Skyr szt. *mleko/	140g	Płatki kukurydziane 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	
		Schab biały 60g *soja/	60g	Schab biały 60g *soja/	60g	Schab biały 60g *soja/	60g	Wędlina wegańska 90g	90g	
		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		Gruszka 1szt.	120g	Banan 1szt.	120g	Gruszka 1szt.	120g	Gruszka 1szt.	120g	
OBIAĐ		Zupa dyniowa (g) 350ml *mleko/	350g	Zupa dyniowa (g) 350ml *mleko/	350g	Zupa dyniowa (g) 350ml *mleko/	350g	Zupa dyniowa b/m 350ml	350g	
		Filet z kurczaka duszony w sosie 100g *gluten/	100g	Filet z kurczaka duszony w sosie 100g *gluten/	100g	Filet z kurczaka soute 100g *gluten/	100g	Kotlet warzywny pieczony 100g *gluten/*soja/	100g	
		Kasza bulgur gotowana 180g *gluten/	180g	Sos koperkowy (g) 80g *gluten/*mleko/*seler/	80g	Kasza bulgur gotowana 150g *gluten/	150g	Kasza bulgur gotowana 180g *gluten/	180g	
		Surówka z czerwonej kapusty	150g	Kasza bulgur gotowana 180g *gluten/	180g	Surówka z czerwonej kapusty 150g *gorczyca/	150g	Surówka z czerwonej kapusty 150g *gorczyca/	150g	
		Sos koperkowy (g) 80g *gluten/*mleko/*seler/	80g	Surówka z buraków z cebulką 150g	150g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	
		Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g					
Podwielicznik					Kanapka razowa z poledwicą sopocką 1 szt. *gluten/*soja/	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	
		Ser twarogowy topiony 2szt *mleko/	35g	Szynka z kurczaka gotowanego 30g *mleko/	30g	Szynka z kurczaka gotowanego 60g *mleko/	60g	Paszтет warzywny 1szt. *soja/*gorczyca/	113g	
		Szynka z kurczaka gotowanego 30g *mleko/	30g	Ser twarogowy topiony 2szt *mleko/	34g	Ser twarogowy topiony 1szt *mleko/	17g	Ogórek 50g	50g	
		Ogórek 50g	50g	Salata 30g	30g	Ogórek 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			
	II		Sok wielowarzywny 330ml	330g	Sok wielowarzywny 300ml	300g	Kanapka razowa z szynką wiejską 1 szt. *gluten/	80g	Sok wielowarzywny 300ml	300g

	kcal	Energia	2285,8	Energia	2220,5	Energia	2289,9	Energia	2477,1
g		Białko	107,17	Białko	106,59	Białko	129,95	Białko	66,272
g		Tłuszcz	77,736	Tłuszcz	69,325	Tłuszcz	88,771	Tłuszcz	104,84
g		Kwasy Nasycone	29,437	Kwasy Nasycone	27,935	Kwasy Nasycone	26,977	Kwasy Nasycone	49,976
g		Węglowodany ogółem	281,14	Węglowodany ogółem	286,79	Węglowodany ogółem	263,56	Węglowodany ogółem	303,24
g		W tym cukry	59,597	W tym cukry	62,089	W tym cukry	25,719	W tym cukry	50,056
g		Błonnik pokarmowy	37,129	Błonnik pokarmowy	29,519	Błonnik pokarmowy	42,485	Błonnik pokarmowy	39,774
mg		Sód	3844,7	Sód	3707,3	Sód	3222,2	Sód	2677,3

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 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 PIELĘGNIARSKICH.

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie									
DZIAŁ ŻYWIENIA									
środa 15 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		
SNIADANIE	Płatki jęczmienne na mleku (g) 300ml *mleko/	300g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Kefir szt. *mleko/	200g	Płatki jęczmienne na mleku roślinnym 300ml	300g	
	Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/	50g	Płatki jęczmienne na mleku (g) 300ml *mleko/	300g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/	50g	
	Filet wędzony z indyka 60g	60g	Filet wędzony z indyka 60g	60g	Filet wędzony z indyka 60g	60g	Paszтет warzywny 1szt. *soja/*gorczyca/	113g	
	Mix sałat z ciecierzycą, pomidorkami i oliwą	60g	Mix sałat z pomidorkami i oliwą	60g	Mix sałat z ciecierzycą, pomidorkami i oliwą	60g	Mix sałat z ciecierzycą, pomidorkami i oliwą	60g	
	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 z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	
II	Kisiel 250ml	250g	Kisiel 250ml	250g	Skyr smakowy szt. *mleko/	140g	Kisiel 250ml	250g	
OBIAŁ	Rosół z zacierką (g) 350ml *gluten/*jaja/*seler/	350g	Rosół z zacierką (g) 350ml *gluten/*jaja/*seler/	350g	Rosół z zacierką (g) 350ml *gluten/*jaja/*seler/	350g	Zupa ryżowa (w) 350ml *mleko/*seler/	350g	
	A'la gołąbek z mięsa i kapusty pekińskiej (d) *jaja/	250g	A'la gołąbek z mięsa i kapusty pekińskiej (d) *jaja/	250g	A'la gołąbek z mięsa i kapusty pekińskiej (d) *jaja/	250g	A'la gołąbek z kapustą pekińską vege 250g *soja/	250g	
	Sos pomidorowy (g) 80g *gluten/*mleko/*seler/	80g	Sos pomidorowy (g) 80g *gluten/*mleko/*seler/	80g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Sos pomidorowy BM 80g *gluten/*seler/	80g	
	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Kompot 250ml	250g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	
	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g			Kompot 250ml	250g	
Podwieczorek									
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 jaj ze szpinakiem *jaja/*mleko/*gorczyca/	100g	Pasta z jaj *jaja/*mleko/*gorczyca/	100g	Pasta z jaj ze szpinakiem *jaja/*mleko/*gorczyca/	100g	Wędlina wegańska 90g	90g	
	Pomidor 50g	50g	masło 10g *mleko/	10g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	
	Papryka 50g	50g	Herbata rumiankowa	250g	Papryka 50g	50g	Papryka 50g	50g	
	masło 10g *mleko/	10g	Pomidor 100g	100g	masło 10g *mleko/	10g	Margaryna 10g	10g	
	Herbata rumiankowa	250g			Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g	
	II	Skyr smakowy szt. *mleko/	140g	Skyr smakowy szt. *mleko/	140g	Kanapka razowa z serem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g	Kisiel 250ml	250g
kcal	Energia	2312,2	Energia	2206,6	Energia	2205,2	Energia	2546,3	
g	Białko	129,62	Białko	126,89	Białko	127,01	Białko	68,314	
g	Tłuszcz	76,13	Tłuszcz	75,042	Tłuszcz	81,209	Tłuszcz	98,105	
g	Kwasy Nasycone	27,318	Kwasy Nasycone	27,218	Kwasy Nasycone	30,738	Kwasy Nasycone	37,475	
g	Węglowodany ogółem	274,66	Węglowodany ogółem	256,16	Węglowodany ogółem	232,86	Węglowodany ogółem	318,04	
g	W tym cukry	39,936	W tym cukry	40,19	W tym cukry	25,195	W tym cukry	47,228	
g	Błonnik pokarmowy	27,792	Błonnik pokarmowy	22,119	Błonnik pokarmowy	30,89	Błonnik pokarmowy	37,612	
mg	Sód	3202,7	Sód	3093,9	Sód	3023,7	Sód	2326,3	

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupki; 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 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 Żywienia.
 Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

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

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie

DZIAŁ ŻYWIENIA

piątek 17 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					
SNIAĐANIE	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	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		
	Hummus gotowy 115g *ziarna_sezamu/	115g	Hummus gotowy 115g *ziarna_sezamu/	115g	Hummus gotowy 115g *ziarna_sezamu/	115g	Hummus gotowy 115g *ziarna_sezamu/	115g		
	Szynka z piersi indyka 30g	30g	Szynka z piersi indyka 30g	30g	Szynka z piersi indyka 30g	30g	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		
Serek wiejski 1 szt.	200g	Serek wiejski 1 szt.	200g	Serek wiejski 1 szt.	200g	Mus owocowy 1szt.	100g			
OBIAĐ	Zupa buraczkowa (g) 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa buraczkowa (g) 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa buraczkowa (g) 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa buraczkowa b/m 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	Danie wegańskie 100g *gluten/*soja/	100g		
	Ryż (dr)180g	180g	Ryż (dr)180g	180g	Ryż (dr)180g	180g	Ryż (dr)180g	180g		
	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g		
Podwleczonek				Budyń na mleku roślinnym 250ml *gluten/	250g					
Kolaćcja	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		
	Poładwica z kurczaka 60g *soja/*seler/	60g	Poładwica z kurczaka 60g *soja/*seler/	60g	Poładwica z kurczaka 60g *soja/*seler/	60g	Wędlina wegańska 90g	90g		
	Papryka 50g	50g	Salata 30g	30g	masło 10g *mleko/	10g	Papryka 50g	50g		
	Salata 30g	30g	masło 10g *mleko/	10g	Papryka 50g	50g	Salata 30g	30g		
	masło 10g *mleko/	10g	Herbata rumiankowa	250g	Salata 30g	30g	Margaryna 10g	10g		
	Herbata rumiankowa	250g			Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g		
	Serek homogenizowany waniliowy 1szt. *mleko/	100g	Serek homogenizowany waniliowy 1szt. *mleko/	100g	Kanapka razowa z szynką dębową 1 szt. *gluten/	80g	Kisiel 250ml	250g		
kcal	Energia	2515,3	Energia	2412,3	Energia	2553,9	Energia	2476,7		
g	Białko	129,65	Białko	127,33	Białko	122,22	Białko	61,652		
g	Tłuszcz	84,676	Tłuszcz	83,786	Tłuszcz	84,151	Tłuszcz	93,296		
g	Kwasy Nasycone	18,788	Kwasy Nasycone	18,697	Kwasy Nasycone	21,653	Kwasy Nasycone	28,039		
g	Węglowodany ogółem	273,77	Węglowodany ogółem	254,68	Węglowodany ogółem	285,14	Węglowodany ogółem	307,97		
g	W tym cukry	44,528	W tym cukry	43,778	W tym cukry	39,728	W tym cukry	42,493		
g	Błonnik pokarmowy	31,591	Błonnik pokarmowy	25,791	Błonnik pokarmowy	40,086	Błonnik pokarmowy	36,815		
mg	Sód	2875,7	Sód	2762,6	Sód	2753,5	Sód	1761,3		

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

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