

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie											
DZIAŁ ŻYWIENIA											
sobota 18 kwietnia 2026											
DIETA	Dieta niskobiałkowa		Dieta bogatobiałkowa		Dieta ubogoresztkowa		Dieta ubogoenergetyczna 1500 kcal		Dieta ubogoenergetyczna 1800 kcal		
SNIADANIE		Zupa warzywna z makaronem 300ml *gluten/+soja/*seler/	300g	Płatki owsiane na mleku 300ml *mleko/	300g	Płatki owsiane na mleku 300ml *mleko/	300g	Skyr szt. *mleko/	140g	Skyr szt. *mleko/	140g
		Chleb bezglutenowy 50g *soja/+ziarna_sezamu/	50g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb razowy 30g *gluten/	30g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g
		Paszтет warzywny 1szt. *soja/*gorczyca/	113g	Szynka wiejska 60g *soja/	60g	Domowa wędlina z indyka 60g	60g	Szynka wiejska 60g *soja/	60g	Szynka wiejska 60g *soja/	60g
		Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Marchewka mini gotowana 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g
		Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	masło 10g *mleko/	10g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g
		Margaryna 10g	10g	masło 10g *mleko/	10g	Herbata z cytryną	250g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
		Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g			Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	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	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml *seler/	350g
		Warzywny kociołek duszony 250g *gluten/*soja/	250g	Kociołek wieprzowy duszony z kolorowymi warzywami	250g	Kociołek wieprzowy duszony z kolorowymi warzywami	250g	Kociołek wieprzowy duszony z kolorowymi warzywami	250g	Kociołek wieprzowy duszony z kolorowymi warzywami	250g
		Kasza jęczmienna 180g	180g	Kasza jęczmienna 180g	180g	Kasza jęczmienna 180g	180g	Kasza gryczana 100g	150g	Kasza gryczana 150g	150g
		Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g
		Jabłko 1szt.	180g	Jabłko 1szt.	180g	Banan 1szt.	120g	Jabłko 1szt.	180g	Jabłko 1szt.	180g
Podwieczorek			Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g							
Kolaćja		Chleb bezglutenowy 100g *soja/+ziarna_sezamu/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 30g *gluten/	30g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g
		Wędlina wegetariańska 90g	90g	Twarożek z suszonymi pomidorami *mleko/	100g	Twarożek z ziołami *mleko/	100g	Twarożek z suszonymi pomidorami *mleko/	100g	Twarożek z suszonymi pomidorami *mleko/	100g
		Mix sałat z pomidorkami i ciecierzycą z oliwą	50g	Domowa wędlina z indyka 30g	30g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g	Mix sałat z pomidorkami i ciecierzycą z oliwą	50g	Mix sałat z pomidorkami i ciecierzycą z oliwą	50g
		Margaryna 10g	10g	Mix sałat z pomidorkami z oliwą	50g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
		Herbata owocowa	250g	masło 10g *mleko/	10g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g
				Herbata owocowa	250g						
II		Mus owocowy 1szt.	100g	Mus owocowy 1szt.	100g	Skyr szt. *mleko/	140g	Mus owocowy 1szt.	100g	Mus owocowy 1szt.	100g
kcal		Energia	2254,6	Energia	2180,7	Energia	2189,7	Energia	1504	Energia	1707,4
g		Białko	55,529	Białko	119,88	Białko	136,12	Białko	107,09	Białko	112,64
g		Tłuszcz	106,3	Tłuszcz	66,853	Tłuszcz	80,878	Tłuszcz	64,906	Tłuszcz	66,271
g		Kwasy Nasycone	36,439	Kwasy Nasycone	22,907	Kwasy Nasycone	23,517	Kwasy Nasycone	18,735	Kwasy Nasycone	18,915
g		Węglowodany ogółem	254,87	Węglowodany ogółem	269,66	Węglowodany ogółem	264,64	Węglowodany ogółem	150,45	Węglowodany ogółem	190,85
g		W tym cukry	55,975	W tym cukry	58,103	W tym cukry	50,003	W tym cukry	48,013	W tym cukry	49,018
g		Błonnik pokarmowy	38,165	Błonnik pokarmowy	29,212	Błonnik pokarmowy	29,922	Błonnik pokarmowy	25,593	Błonnik pokarmowy	31,037
mg		Sód	230,55	Sód	1903,4	Sód	1955,1	Sód	771,99	Sód	1132,7

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 wymiaru 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 POŚLÓWKÓW ORAZ OPINIE MOŻNA ZŁOŻYĆ NA FORMULARZU DOSTĘPNYM W WYŻURKACH PIELEGIARNIKACH.

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie
DZIAŁ ŻYWIENIA
niedziela 19 kwietnia 2026

DIETA	Dieta niskobiałkowa		Dieta bogatobiałkowa		Dieta ubogoresztkowa		Dieta ubogoenergetyczna 1500 kcal		Dieta ubogoenergetyczna 1800 kcal	
SNIA DANIE	Płatki ryżowe na mleku roślinnym 300ml	300g	Płatki ryżowe na mleku 300ml *mleko/	300g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb razowy 30g *gluten/	30g	Serek wiejski 1 szt.	200g
	Chleb bezglutenowy 50g *soja/+ziarna_sesamu/	50g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Płatki ryżowe na mleku 300ml *mleko/	300g	Kielbaski białe 2 szt. *soja/	60g	Chleb razowy 30g *gluten/	30g
	Wędlina wegetariańska 90g	90g	Kielbaski białe śniadaniowe 3 szt. *soja/	90g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g	Pomidor 50g	50g	Kielbaski białe 2 szt. *soja/	60g
	Pomidor 100g	100g	Pomidor 100g	100g	Marchewka mini gotowana 50g	50g	Ogórek 50g	50g	Pomidor 50g	50g
	Margaryna 10g	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	Ogórek 50g	50g
	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	masło 10g *mleko/	10g
									Herbata z cytryną	250g
OBIA D	Zupa żurek b/m 350ml *seler/	350g	Zupa żurek 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa żurek 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa żurek 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa żurek 350ml *mleko/*seler/	350g
	Kotlet warzywny pieczony 100g *gluten/*soja/	100g	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 z udźca indyka (p) 100g *gluten/*jaja/	100g
	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane puree 180g	180g	Ziemniaki gotowane 100g	100g	Ziemniaki gotowane 150g	150g
	Fasolka szparagowa gotowana b/m 150g	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Fasolka szparagowa gotowana b/t 150g	150g	Fasolka szparagowa gotowana b/t 150g	150g
	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g
Podwieczorek		Serek wiejski 1 szt.	200g							
Kolekcja	Chleb bezglutenowy 100g *soja/+ziarna_sesamu/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/	80g	Chleb razowy 30g *gluten/	30g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g
	Hummus gotowy 115g *ziarna_sesamu/	115g	Pasta z jaj ze szczypiorkiem *jaja/*gorczyca/	100g	Pasta z jaj *jaja/*gorczyca/	100g	Pasta z jaj z jogurtem *jaja/*mleko/	100g	Pasta z jaj z jogurtem *jaja/*mleko/	100g
	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g
	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	masło 10g *mleko/	10g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g
	Margaryna 10g	10g	masło 10g *mleko/	10g	Herbata czarna b/c	250g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
	Herbata czarna b/c	250g	Herbata czarna b/c	250g			Herbata czarna b/c	250g	Herbata czarna b/c	250g
II	Kisiel 250ml	250g	Kefir szt. *mleko/	200g	Kefir szt. *mleko/	200g	Kefir szt. *mleko/	200g	Kefir szt. *mleko/	200g

kcal	Energia	2250,1	Energia	2412,9	Energia	2132,8	Energia	1595,9	Energia	1850
g	Białko	52,778	Białko	126,77	Białko	116,37	Białko	83,271	Białko	106,72
g	Tłuszcz	105,82	Tłuszcz	103,4	Tłuszcz	80,58	Tłuszcz	74,341	Tłuszcz	84,771
g	Kwasy Nasycone	34,147	Kwasy Nasycone	35,054	Kwasy Nasycone	31,519	Kwasy Nasycone	30,164	Kwasy Nasycone	30,252
g	Węglowodany ogółem	227,26	Węglowodany ogółem	234,01	Węglowodany ogółem	224,25	Węglowodany ogółem	136,84	Węglowodany ogółem	152,48
g	W tym cukry	44,156	W tym cukry	41,627	W tym cukry	40,522	W tym cukry	25,602	W tym cukry	29,872
g	Błonnik pokarmowy	31,112	Błonnik pokarmowy	25,449	Błonnik pokarmowy	28,299	Błonnik pokarmowy	23,775	Błonnik pokarmowy	25,755
mg	Sód	178,94	Sód	2286,2	Sód	2144,1	Sód	1033	Sód	1351,6

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 Żywności.
 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											
poniedziałek 20 kwietnia 2026											
DIETA	Dieta niskobiałkowa		Dieta bogatobiałkowa		Dieta ubogoresztkowa		Dieta ubogoenergetyczna 1500 kcal		Dieta ubogoenergetyczna 1800 kcal		
SNIADANIE		Chleb bezglutenowy 100g *soja/*ziarna_sezamu/	100g	Zacierka na mleku (g) 300ml *gluten/*jaja/*mleko/	300g	Zacierka na mleku (g) 300ml *gluten/*jaja/*mleko/	300g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g
		Wędlina wegetariańska 90g	90g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb razowy 30g *gluten/	30g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g
		Salata 30g	30g	Szynka dębowa drobiowa 60g	60g	Szynka dębowa drobiowa 60g	60g	Szynka dębowa drobiowa 60g	60g	Szynka dębowa drobiowa 60g	60g
		Margaryna 10g	10g	Salata 30g	30g	Marchewka mini gotowana 50g	50g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g
		Herbata z cytryną	250g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
		Kisiel 250ml	250g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g
OBIAD		Zupa solferino 350ml	350g	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	Gulasz z fileta z indyka (d) 150g *gluten/*mleko/*seler/	150g	Gulasz z fileta z indyka (d) 150g *gluten/*mleko/*seler/	150g
		Kasza jęczmienna (g) 180g	180g	Kasza jęczmienna (g) 180g	180g	Kasza jęczmienna (g) 180g	180g	Kasza jęczmienna (g) 150g	150g	Kasza jęczmienna (g) 180g	180g
		Gotowane warzywa 150g *seler/	150g	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	Kompot 250ml	250g
Podwieczorek			Serek homogenizowany 1 szt. *mleko/	150g							
Kolacja		Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 30g *gluten/	30g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g
		Pasztet warzywny 1szt. *soja/*gorczyca/	113g	Schab biały 60g *soja/	60g	Schab biały 60g *soja/	60g	Schab biały 60g *soja/	60g	Schab biały 60g *soja/	60g
		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	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
		Margaryna 10g	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	Herbata miętowa	250g	Herbata miętowa	250g
		Herbata miętowa	250g	Herbata miętowa	250g	Herbata miętowa	250g				
II		Banan 1szt.	120g	Banan 1szt.	120g	Banan 1szt.	120g	Kanapka razowa z szynką dębową 1 szt. *gluten/	80g	Kanapka razowa z szynką dębową 1 szt. *gluten/	80g
kcal		Energia	2364,9	Energia	2213,9	Energia	2062,3	Energia	1508,6	Energia	1754,4
g		Białko	75,441	Białko	123,13	Białko	105,1	Białko	88,166	Białko	93,206
g		Tłuszcz	111,59	Tłuszcz	75,902	Tłuszcz	65,457	Tłuszcz	50,342	Tłuszcz	54,682
g		Kwasy Nasycone	37,396	Kwasy Nasycone	19,921	Kwasy Nasycone	23,826	Kwasy Nasycone	19,216	Kwasy Nasycone	19,596
g		Węglowodany ogółem	260,84	Węglowodany ogółem	259,73	Węglowodany ogółem	261,24	Węglowodany ogółem	168,28	Węglowodany ogółem	213,28
g		W tym cukry	44,849	W tym cukry	43,209	W tym cukry	48,659	W tym cukry	19,984	W tym cukry	20,984
g		Błonnik pokarmowy	29,499	Błonnik pokarmowy	27,139	Błonnik pokarmowy	31,419	Błonnik pokarmowy	28,834	Błonnik pokarmowy	34,634
mg		Sód	1582,9	Sód	2871	Sód	2861,2	Sód	1745,8	Sód	2106,6

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 zastrzeżamy możliwość wymiary 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 WYŻURKACH PIELEGIARNIKACH.

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie													
DZIAŁ ŻYWIENIA													
środa 22 kwietnia 2026													
DIETA	Dieta niskobiałkowa			Dieta bogatobiałkowa			Dieta ubogoresztkowa		Dieta ubogoenergetyczna 1500 kcal		Dieta ubogoenergetyczna 1800 kcal		
SNIAĐANIE	I	Chleb bezglutenowy 100g *soja/*ziarna_sezamu/	100g	Serek wiejski 1 szt.	200g	Serek wiejski 1 szt.	200g	Chleb razowy 30g *gluten/	30g	Serek wiejski 1 szt.	200g		
		Parówki wegetariańskie (g) 2 szt. *gluten/	100g	Bułka kajzerka 50g *gluten/	50g	Bułka kajzerka 50g *gluten/	50g	Parówki z indyka (g) 1 szt.	35g	Chleb razowy 30g *gluten/	30g		
		Ketchup 1 szt.	1g	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Ketchup 1 szt.	1g	Parówki z indyka (g) 2 szt.	70g		
		Salata 30g	30g	Parówki z indyka (g) 3 szt.	90g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g	Ogórek 50g	50g	Ketchup 1 szt.	1g		
		Margaryna 10g	10g	Paszтет warzywny 113g *soja/*seler/*gorczyca/	113g	Dynia gotowana 50g	50g	Salata 30g	30g	Ogórek 50g	50g		
		Herbata z cytryną	250g	Ketchup 1 szt.	1g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	Salata 30g	30g		
				Salata 30g	30g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	masło 10g *mleko/	10g		
				masło 10g *mleko/	10g					Herbata z cytryną	250g		
				Herbata z cytryną	250g								
			II	Budyń na mleku roślinnym 250ml *gluten/	250g								
OBIAĐ	I	Manna na rosole wege 350ml *gluten/*seler/	350g	Manna na rosole (g) 350ml *gluten/*seler/	350g	Manna na rosole (g) 350ml *gluten/*seler/	350g	Manna na rosole (g) 350ml *gluten/*seler/	350g	Manna na rosole (g) 350ml *gluten/*seler/	350g		
		Danie wegańskie (p) 100g *gluten/*soja/	100g	Wątróbka drobiowa (s)	120g	Filet z kurczaka soute (p) 100g *gluten/	100g	Wątróbka drobiowa z cebulką (s) *gluten/	150g	Wątróbka drobiowa z cebulką (s) *gluten/	150g		
		Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane puree 180g	180g	Ziemniaki gotowane 100g	100g	Ziemniaki gotowane 100g	100g		
		Marchewka mini gotowana 150g	150g	Marchewka mini gotowana 150g	150g	Marchewka mini gotowana 150g	150g	Marchewka mini gotowana 150g	150g	Marchewka mini gotowana 150g	150g		
		Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g		
Pomieszczenie				Budyń na mleku roślinnym 250ml *gluten/	250g								
Kolađa	I	Chleb bezglutenowy 100g *soja/*ziarna_sezamu/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 30g *gluten/	30g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g		
		Wędlina wegetariańska 90g	90g	Domowa wędlina z indyka 60g	60g	Szynka z piersi indyka 60g	60g	Mini mozzarella 45g *mleko/	45g	Mini mozzarella 45g *mleko/	45g		
		Pomidor 100g	100g	Mini mozzarella 45g *mleko/	45g	Mini mozzarella 45g *mleko/	45g	Rzodkiewka 50g	50g	Rzodkiewka 50g	50g		
		Margaryna 10g	10g	Pomidor 100g	100g	Marchewka mini gotowana 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g		
		Herbata rumiankowa	250g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g		
				Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g		
			II	Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g	Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g	Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g	Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g	Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g
kcal		Energia	2117,7	Energia	2503,3	Energia	2135,8	Energia	1540,3	Energia	1877,8		
g		Białko	44,486	Białko	129,6	Białko	134,21	Białko	73,06	Białko	102,14		
g		Tłuszcz	108,11	Tłuszcz	123,6	Tłuszcz	94,353	Tłuszcz	76,688	Tłuszcz	92,038		
g		Kwasy Nasycone	33,264	Kwasy Nasycone	25,937	Kwasy Nasycone	25,045	Kwasy Nasycone	21,69	Kwasy Nasycone	23,32		
g		Węglowodany ogółem	223,86	Węglowodany ogółem	210,92	Węglowodany ogółem	180,47	Węglowodany ogółem	130,45	Węglowodany ogółem	149,94		
g		W tym cukry	54,738	W tym cukry	51,175	W tym cukry	37,905	W tym cukry	33,189	W tym cukry	37,814		
mg		Blonnik pokarmowy	35,777	Blonnik pokarmowy	23,257	Blonnik pokarmowy	22,589	Blonnik pokarmowy	23,878	Blonnik pokarmowy	26,158		
mg		Sód	438,06	Sód	2284,7	Sód	2662,8	Sód	1427,7	Sód	1747,7		

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. 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 POSILKÓW ORAZ OPINIE MOŻNA ZŁOŻYĆ NA FORMULARZU DOSTĘPNYM W DYŻURKACH PIELEŃNARSKICH.

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie											
DZIAŁ ŻYWIENIA											
czwartek 23 kwietnia 2026											
DIETA	Dieta niskobiałkowa		Dieta bogatobiałkowa		Dieta ubogoresztkowa		Dieta ubogoenergetyczna 1500 kcal		Dieta ubogoenergetyczna 1800 kcal		
SNIADANIE		Chleb bezglutenowy 100g *soja/*ziarna_sezamu/	100g	Manna na mleku (g) 300ml *gluten/*mleko/	300g	Manna na mleku (g) 300ml *gluten/*mleko/	300g	Kefir szt. *mleko/	200g	Kefir szt. *mleko/	200g
		Paszтет warzywny 113g *soja/*seler/*gorczyca/	113g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb razowy 30g *gluten/	30g	Chleb razowy 30g *gluten/	30g
		Mix sałat z pomidorkami	60g	Jajecznica ze szczypiorkiem *jaja/	100g	Jajecznica na parze *jaja/	100g	Jajecznica ze szczypiorkiem *jaja/	100g	Jajecznica ze szczypiorkiem *jaja/	100g
		Margaryna 10g	10g	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g	Mix sałat z oliwą	60g	Mix sałat z pomidorkami	60g
		Herbata z cytryną	250g	Mix sałat z pomidorkami	60g	masło 10g *mleko/	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						
				Kefir szt. *mleko/	200g					Jabłko 1szt.	180g
OBIAŁ		Zupa buraczkowa (g) 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa buraczkowa (g) 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa buraczkowa (g) 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa buraczkowa (g) 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa buraczkowa (g) 350ml *mleko/*seler/	350g
		Pierogi z mięsem (g) 8 szt.	125g	Pierogi z mięsem (g) 10 szt.	200g	Pierogi z mięsem (g) 10 szt.	200g	Pierogi z mięsem (g) 5 szt.	80g	Pierogi z mięsem (g) 5 szt.	80g
		Surówka koperkowa *jaja/*gorczyca/	150g	Gotowane warzywa 150g *seler/	150g	Gotowane warzywa 150g *seler/	150g	Surówka koperkowa *jaja/*gorczyca/	150g	Surówka koperkowa *jaja/*gorczyca/	150g
		Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g
Podwieczorek											
Kolaćia		Chleb bezglutenowy 50g *soja/*ziarna_sezamu/	50g	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Salatka z kaszą bulgur, soczewicą, suszonymi pomidorami, serem typu feta, ogórkiem i szynką *gluten/*mleko/*gorczyca/	250g	Salatka z kaszą bulgur, soczewicą, suszonymi pomidorami, serem typu feta, ogórkiem i szynką *gluten/*mleko/*gorczyca/	250g
		Salatka z kaszą bulgur, suszonymi pomidorami, ogórkiem i soczewicą *gluten/*gorczyca/	250g	Salatka z kaszą bulgur, suszonymi pomidorami, serem typu feta i szynką *gluten/*mleko/	250g	Salatka z kaszą bulgur, ogórkiem i szynką *gluten/	250g	Herbata malinowa	250g	Herbata malinowa	250g
		Margaryna 10g	10g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g	masło 10g *mleko/	10g				
		Herbata malinowa	250g	masło 10g *mleko/	10g	Herbata malinowa	250g				
				Herbata malinowa	250g						
	Kisiel 250ml	250g	Serek homogenizowany waniliowy 1szt. *mleko/	100g	Serek homogenizowany waniliowy 1szt. *mleko/	100g	Serek homogenizowany waniliowy 1szt. *mleko/	100g	Serek homogenizowany waniliowy 1szt. *mleko/	100g	
kcal		Energia	1878	Energia	2490,9	Energia	1976,2	Energia	1647,2	Energia	1733
g		Białko	42,218	Białko	146,48	Białko	91,479	Białko	74,702	Białko	75,647
g		Tłuszcz	95,601	Tłuszcz	96,743	Tłuszcz	73,677	Tłuszcz	76,582	Tłuszcz	76,352
g		Kwasy Nasycone	8,3066	Kwasy Nasycone	32,547	Kwasy Nasycone	27,322	Kwasy Nasycone	18,235	Kwasy Nasycone	18,24
g		Węglowodany ogółem	199,8	Węglowodany ogółem	249,55	Węglowodany ogółem	228,62	Węglowodany ogółem	155,03	Węglowodany ogółem	174,23
g		W tym cukry	26,722	W tym cukry	54,659	W tym cukry	52,599	W tym cukry	38,579	W tym cukry	56,064
g		Błonnik pokarmowy	21,801	Błonnik pokarmowy	21,984	Błonnik pokarmowy	24,254	Błonnik pokarmowy	16,721	Błonnik pokarmowy	20,621
mg		Sód	161,28	Sód	1922,3	Sód	1622,1	Sód	1029,8	Sód	1035,4

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skropulaki; 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 POSIŁKÓW ORAZ OPINIE MOŻNA ZŁOŻYĆ NA FORMULARZU DOSTĘPNYM W DYŻURKACH PIELEŃNIARSKICH.

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie											
DZIAŁ ŻYWIENIA											
piątek 24 kwietnia 2026											
DIETA	Dieta niskobiałkowa		Dieta bogatobiałkowa		Dieta ubogoresztkowa		Dieta ubogoenergetyczna 1500 kcal		Dieta ubogoenergetyczna 1800 kcal		
SNIADANIE		Chleb bezglutenowy 100g *soja/*ziarna_sezamu/	100g	Płatki ryżowe na mleku (g) 300ml *mleko/	300g	Płatki ryżowe na mleku (g) 300ml *mleko/	300g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g
		Paszтет warzywny 1szt. *soja/*gorczyca/	113g	Rogal pszenny 80g *gluten/	70g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g
		Pomidor 100g	100g	Paszтет warzywny 1szt. *soja/*gorczyca/	113g	Paszтет warzywny 1szt. *soja/*gorczyca/	113g	Schab biały 60g *soja/	60g	Schab biały 60g *soja/	60g
		Margaryna 10g	10g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g	Schab biały 30g *soja/	30g	Ogórek kiszony 60g	60g	Ogórek kiszony 60g	60g
		Herbata z cytryną	250g	Pomidor 100g	100g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g
				masło 10g *mleko/	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											
OBIAD		Rosół z makaronem (nb) (g) 350ml *gluten/*soja/*seler/	350g	Zupa neapolitańska z makaronem (g) 350ml *gluten/*soja/*mleko/*seler/	350g	Rosół z makaronem b/s (g) 350ml *gluten/*soja/*seler/	350g	Zupa neapolitańska z makaronem (g) 350ml *gluten/*soja/*mleko/*seler/	350g	Zupa neapolitańska z makaronem (g) 350ml *gluten/*soja/*mleko/*seler/	350g
		Danie wegańskie (p) 100g *gluten/*soja/	100g	Ryba pieczona 100g *gluten/*ryby/	100g	Ryba pieczona 100g *gluten/*ryby/	100g	Ryba pieczona 100g *gluten/*ryby/	100g	Ryba pieczona 100g *gluten/*ryby/	100g
		Sos koperkowy (g) 80g *gluten/*mleko/*seler/	80g	Sos koperkowy (g) 80g *gluten/*mleko/*seler/	80g	Sos koperkowy (g) 80g *gluten/*mleko/*seler/	80g	Ryż z warzywami (g) 200g	200g	Ryż z warzywami (g) 200g	200g
		Ryż z warzywami (g) 250g	180g	Ryż z warzywami (g) 250g	180g	Ryż z warzywami (g) 250g	180g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g
		Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g				
Podwieczorek			Serek wiejski 1 szt.	200g					Serek wiejski 1 szt.	200g	
Kolaćja		Chleb bezglutenowy 100g *soja/*ziarna_sezamu/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 30g *gluten/	30g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g
		Wędlina wegetariańska 90g	90g	Twaróg 100g *mleko/	100g	Twaróg 100g *mleko/	100g	Twaróg 100g *mleko/	100g	Twaróg 100g *mleko/	100g
		Dżem 2 szt.	50g	Dżem 2 szt.	50g	Dżem 2 szt.	50g	Dżem 1 szt.	25g	Dżem 1 szt.	25g
		Pomidor 100g	100g	Pomidor 100g	100g	Marchewka mini gotowana 50g	50g	Pomidor 100g	100g	Pomidor 100g	100g
		Margaryna 10g	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
		Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g
II		Banan 1szt.	120g	Banan 1szt.	120g	Serek wiejski 1 szt.	200g	Kiwi 1szt.	75g	Kiwi 1szt.	75g
kcal		Energia	2227,7	Energia	2554,1	Energia	2332,9	Energia	1547,4	Energia	1817,3
g		Białko	41,358	Białko	147,43	Białko	130,88	Białko	97,999	Białko	121,83
g		Tłuszcz	120,9	Tłuszcz	100,05	Tłuszcz	93,289	Tłuszcz	60,022	Tłuszcz	70,472
g		Kwasy Nasycone	36,786	Kwasy Nasycone	35,971	Kwasy Nasycone	39,119	Kwasy Nasycone	15,989	Kwasy Nasycone	16,079
g		Węglowodany ogółem	233,02	Węglowodany ogółem	261,54	Węglowodany ogółem	234,54	Węglowodany ogółem	148,75	Węglowodany ogółem	167,75
g		W tym cukry	43,19	W tym cukry	51,16	W tym cukry	40,573	W tym cukry	19,15	W tym cukry	23,6
g		Błonnik pokarmowy	24,178	Błonnik pokarmowy	18,892	Błonnik pokarmowy	22,211	Błonnik pokarmowy	17,834	Błonnik pokarmowy	20,114
mg		Sód	120,27	Sód	1773,2	Sód	2459,9	Sód	1715,9	Sód	2035,9

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skoruplaki; 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 POŚLÓKÓW ORAZ OPINIE MOŻNA ZŁOŻYĆ NA FORMULARZU DOSTĘPNYM W DYŻURKACH PIELEŃNIARSKICH.

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie											
DZIAŁ ŻYWIENIA											
sobota 25 kwietnia 2026											
DIETA	Dieta niskobiałkowa		Dieta bogatobiałkowa		Dieta ubogoresztkowa		Dieta ubogoenergetyczna 1500 kcal		Dieta ubogoenergetyczna 1800 kcal		
I	SNIADANIE	Chleb bezglutenowy 100g *soja/*ziarna_sezamu/	100g	Płatki kukurydziane na mleku (g) 300ml *mleko/	300g	Płatki kukurydziane na mleku (g) 300ml *mleko/	300g	Skyr smakowy szt. *mleko/	140g	Skyr smakowy szt. *mleko/	140g
		Hummus gotowy 115g *ziarna_sezamu/	115g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb razowy 30g *gluten/	30g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g
		Salata 30g	30g	Paszтет drobiowy 100g *gluten/*jaja/*soja/*mleko/*seler/	100g	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g	Paszтет drobiowy 50g *gluten/*jaja/*soja/*mleko/*seler/	50g	Paszтет drobiowy 50g *gluten/*jaja/*soja/*mleko/*seler/	50g
		Margaryna 10g	10g	Salata 30g	30g	Marchewka mini gotowana 50g	50g	Ogórek 50g	50g	Ogórek 50g	50g
		Herbata z cytryną	250g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g
				Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
								Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g
II				Skyr smakowy szt. *mleko/	140g						
I	OBIAD	Zupa barszcz biały 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa barszcz biały 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa barszcz biały 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa barszcz biały 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa barszcz biały 350ml *mleko/*seler/	350g
		Warzywa duszone z ciecierzycą w sosie śmietanowym *mleko/	250g	Sos carbonara z warzywami i kielbasą drobiową(d) *gluten/*mleko/*seler/	250g	Sos carbonara z warzywami i kielbasą drobiową(d) *gluten/*mleko/*seler/	250g	Sos carbonara z warzywami i kielbasą drobiową(d) *gluten/*mleko/*seler/	250g	Sos carbonara z warzywami i kielbasą drobiową(d) *gluten/*mleko/*seler/	250g
		Makaron bezglutenowy (g) 180g	180g	Makaron pszenny kolorowy 180g *gluten/	180g	Makaron pszenny kolorowy 180g *gluten/	180g	Makaron pełnoziarnisty (g) 100g *gluten/*soja/	100g	Makaron pełnoziarnisty (g) 100g *gluten/*soja/	100g
		Brokuł gotowany 150g	150g	Brokuł gotowany 150g	150g	Marchewka gotowana rozdrobniona 150g	150g	Brokuł gotowany 150g	150g	Brokuł gotowany 150g	150g
		Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g
		Banan 1szt.	120g	Banan 1szt.	200g	Banan 1szt.	200g			Jabłko 1szt.	180g
	Podwieczorek										
I	KOLACJA	Chleb bezglutenowy 100g *soja/*ziarna_sezamu/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 30g *gluten/	30g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g
		Wędlina wegetariańska 90g	90g	Hummus gotowy 115g *ziarna_sezamu/	115g	Serek Śmietankowy 50g *mleko/	50g	Kielbasa żywiecka 60g	60g	Kielbasa żywiecka 60g	60g
		Pomidor 100g	100g	Serek Śmietankowy 100g *mleko/	100g	Domowa wędlina z indyka 30g	30g	Papryka 50g	50g	Serek Śmietankowy 50g *mleko/	50g
		Margaryna 10g	10g	Pomidor 100g	100g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g	Pomidor 50g	50g	Papryka 50g	50g
		Herbata rumiankowa	250g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	Pomidor 50g	50g
				Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g	masło 10g *mleko/	10g
										Herbata rumiankowa	250g
II		Mus owocowy 1szt.	100g	Mus owocowy 1szt.	100g	Mus owocowy 1szt.	100g	Mus owocowy 1szt.	100g	Mus owocowy 1szt.	100g

kcal	Energia	2391,9	Energia	2753,1	Energia	2280,5	Energia	1494,1	Energia	1804
g	Białko	50,969	Białko	133,16	Białko	113,83	Białko	89,792	Białko	102,84
g	Tłuszcz	101,35	Tłuszcz	81,484	Tłuszcz	60,169	Tłuszcz	54,194	Tłuszcz	58,629
g	Kwasy Nasycone	23,888	Kwasy Nasycone	25,473	Kwasy Nasycone	27,663	Kwasy Nasycone	21,761	Kwasy Nasycone	22,468
g	Węglowodany ogółem	275,46	Węglowodany ogółem	335,66	Węglowodany ogółem	310,88	Węglowodany ogółem	150,4	Węglowodany ogółem	200,59
g	W tym cukry	56,375	W tym cukry	79,382	W tym cukry	79,492	W tym cukry	40,511	W tym cukry	59,221
g	Błonnik pokarmowy	34,024	Błonnik pokarmowy	32,849	Błonnik pokarmowy	33,229	Błonnik pokarmowy	25,129	Błonnik pokarmowy	33,289
mg	Sód	194,51	Sód	2773,7	Sód	2992,1	Sód	1439,1	Sód	1822,5

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. 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 POŚLİKÓW ORAZ OPINIE MOŻNA ZŁOŻYĆ NA FORMULARZU DOSTĘPNYM W DYŻURKACH PIELEŃNIARSKICH.

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie
DZIAŁ ŻYWIENIA
poniedziałek 27 kwietnia 2026

DIETA		Dieta niskobiałkowa		Dieta bogatobiałkowa		Dieta ubogoresztkowa		Dieta ubogoenergetyczna 1500 kcal		Dieta ubogoenergetyczna 1800 kcal			
SNIAĐANIE	I	Chleb bezglutenowy 100g *soja/*ziarna_sezamu/	100g	Zacierka na mleku (g) 300ml *gluten/*jaja/*mleko/	300g	Zacierka na mleku (g) 300ml *gluten/*jaja/*mleko/	300g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g		
		Paszтет warzywny 1szt. *soja/*gorczyca/	113g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb razowy 30g *gluten/	30g	Chleb razowy 30g *gluten/	30g		
		Pomidor 100g	100g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g	Szynka dębowa drobiowa 30g	30g	Szynka dębowa drobiowa 60g	60g		
		Margaryna 10g	10g	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g	Marchewka mini gotowana 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g		
		Herbata z cytryną	250g	Szynka dębowa drobiowa 60g	60g	masło 10g *mleko/	10g	Ogórek kiszony 60g	60g	Ogórek kiszony 60g	60g		
				Pomidor 100g	100g	Herbata z cytryną	250g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g		
				masło 10g *mleko/	10g			Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g		
				Herbata z cytryną	250g								
			II	Kisiel 250ml	250g						Mus owocowo-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g	
OBIAĐ	I	Zupa ziemniaczana z pomidorami (w) 350ml *seler/	350g	Zupa ziemniaczana z pomidorami (g) 350ml *seler/	350g	Zupa ziemniaczana z pomidorami (g) 350ml *seler/	350g	Zupa ziemniaczana z pomidorami (g) 350ml *seler/	350g	Zupa ziemniaczana z pomidorami (g) 350ml *seler/	350g		
		Danie wegetariańskie 100g *gluten/*soja/	100g	Pulpet wieprzowy (g) 100g *gluten/*jaja/	100g	Pulpet wieprzowy (g) 100g *gluten/*jaja/	100g	Pulpet wieprzowy (g) 100g *gluten/*jaja/	100g	Pulpet wieprzowy (g) 100g *gluten/*jaja/	100g		
		Kasza bulgur gotowana 180g *gluten/	180g	Sos koperkowy 80g (g) *gluten/*mleko/*seler/	80g	Sos koperkowy 80g (g) *gluten/*mleko/*seler/	80g	Kasza bulgur gotowana 100g *gluten/	100g	Kasza bulgur gotowana 100g *gluten/	100g		
		Surówka z buraków z cebulką 150g	150g	Kasza bulgur gotowana *gluten/	180g	Kasza bulgur gotowana *gluten/	180g	Surówka z buraków z cebulką 150g	150g	Surówka z buraków z cebulką 150g	150g		
		Kompot	250g	Surówka z buraków z cebulką 150g	150g	Tarte buraczki 150g	150g	Kompot	250g	Kompot	250g		
				Kompot	250g	Kompot	250g						
KOLACJA	I	Chleb bezglutenowy 100g *soja/*ziarna_sezamu/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 30g *gluten/	30g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g		
		Paszтет warzywny 1szt. *soja/*gorczyca/	113g	Filet wędzony z indyka 60g	60g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g	Filet wędzony z indyka 60g	60g	Filet wędzony z indyka 60g	60g		
		Roszonka	10g	Ser twarogowy topiony 1szt *mleko/	17g	Ser twarogowy topiony 1szt *mleko/	17g	Ser twarogowy topiony 1szt *mleko/	17g	Ser twarogowy topiony 1szt *mleko/	17g		
		Margaryna 10g	10g	Roszonka	10g	Dynia gotowana 100g	100g	Rzodkiewka 50g	50g	Rzodkiewka 50g	50g		
		Herbata rumiankowa	250g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	Roszonka	10g	Roszonka	10g		
				Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g		
								Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g		
			II	Sok wielowarzywny 300ml	300g	Sok wielowarzywny 300ml	300g	Sok wielowarzywny 300ml	300g	Sok wielowarzywny 300ml	300g	Sok wielowarzywny 300ml	300g

	kcal	Energia	2267,3	Energia	2312	Energia	2208,1	Energia	1545,3	Energia	1739,6
g	Białko	50,855	Białko	137,43	Białko	128,65	Białko	85,825	Białko	94,755	
g	Tłuszcz	111,58	Tłuszcz	72,41	Tłuszcz	69,82	Tłuszcz	59,598	Tłuszcz	64,568	
g	Kwasy Nasycone	36,301	Kwasy Nasycone	28,164	Kwasy Nasycone	31,524	Kwasy Nasycone	21,9	Kwasy Nasycone	24,7	
g	Węglowodany ogółem	250,72	Węglowodany ogółem	272,04	Węglowodany ogółem	260,72	Węglowodany ogółem	158,45	Węglowodany ogółem	184,87	
g	W tym cukry	47,193	W tym cukry	45,028	W tym cukry	58,248	W tym cukry	30,578	W tym cukry	39,968	
g	Błonnik pokarmowy	33,527	Błonnik pokarmowy	25,135	Błonnik pokarmowy	31,145	Błonnik pokarmowy	23,156	Błonnik pokarmowy	26,536	
mg	Sód	905,26	Sód	3252,2	Sód	2915,6	Sód	2180,2	Sód	2360,2	

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skoruplaki; 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 zyczenie u dietetyka lub kierownika Działu Żywności.
 Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

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