

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie												
DZIAŁ ŻYWIENIA												
czwartek 28 maja 2026												
DIETA	Dieta niskocholesterolowa	Dieta dializowana/bezsolna		Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dializowana		Dieta rozdrobniona		Dieta płynna wzmocniona/papkowata				
I	SNIADANIE	Kefir szt. *mleko/	200g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Manna na mleku (g) 300ml *gluten/*mleko/	300g	Zupa krem z selera (g) 500ml *gluten/*mleko/*seler/	350g	
		Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Jajecznica z białek na parze *jaja/	100g	Jajecznica z białek na parze *jaja/	100g	Chleb tostowy 75g *gluten/	75g			
		Jajecznica ze szczypiorkiem *jaja/	100g	Mix sałat z oliwą	60g	Mix sałat z oliwą	60g	Jajecznica na parze *jaja/	100g			
		Mix sałat z pomidorkami	60g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g			
		Margaryna 10g	10g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	masło 10g *mleko/	10g			
		Herbata z cytryną	250g					Herbata z cytryną	250g			
II		Jabłko 1szt.	180g	Kanapka pszenna z pasztetem DZ 1 szt. *gluten/*jaja/*soja/*mleko/*seler/	80g	Kanapka razowa z pasztetem DZ 1 szt. *gluten/*jaja/*soja/*mleko/*seler/	80g	Kefir szt. *mleko/	200g	Kefir szt. *mleko/	200g	
I	OBIAD	Zupa buraczkowa (g) 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa buraczkowa b/s (g) 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa buraczkowa b/s (g) 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa buraczkowa (g) 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa krem z fasolki (g) 500ml *mleko/	500g	
		Pierogi z mięsem (g) 8 szt.	125g	Kotlet mielony drobiowy b/s 100g *gluten/*jaja/	100g	Kotlet mielony drobiowy b/s 100g *gluten/*jaja/	100g	Pierogi z mięsem (g) 10 szt.	200g			
		Surówka koperkowa *jaja/ *gorczyca/	150g	Ziemniaki gotowane b/s 180g	180g	Ziemniaki gotowane b/s 180g	180g	Gotowane warzywa 150g *seler/	150g			
		Kompot 250ml	250g	Gotowane warzywa b/s 150g *seler/	150g	Gotowane warzywa b/s 150g *seler/	150g	Kompot 250ml	250g			
				Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g					
Podwieczorek			Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g						
I	Kolacja	Chleb razowy 30g *gluten/	30g	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Chleb razowy 30g *gluten/	30g	Chleb tostowy 75g *gluten/	75g	Zupa krem z fasolki (g) 500ml *mleko/	500g	
		Salatka z kaszą bulgur, ogórkiem, suszonymi pomidorami, serem typu feta i szynką *gluten/*mleko/*gorczyca/	250g	Salatka z kaszą bulgur, ogórkiem i szynką *gluten/	250g	Salatka z kaszą bulgur, ogórkiem i szynką *gluten/	250g	Salatka z kaszą bulgur, suszonymi pomidorami, serem typu feta i szynką *gluten/*mleko/	250g			
		Margaryna 10g	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g			
		Herbata malinowa	250g	Herbata malinowa	250g	Herbata malinowa	250g	Herbata malinowa	250g			
II		Kanapka razowa z pasztetem 1 szt. *gluten/*jaja/*soja/*mleko/*seler/	80g	Kisiel 250ml	250g	Kisiel 250ml	250g	Serek homogenizowany 1 szt. *mleko/	150g	Serek homogenizowany waniliowy 1szt. *mleko/	100g	
		kcal	Energia	2165,9	Energia	2160,4	Energia	2183,3	Energia	2391,9	Energia	2273,8
		g	Białko	82,723	Białko	102,34	Białko	100,39	Białko	114,13	Białko	104,72
		g	Tłuszcz	89,902	Tłuszcz	90,341	Tłuszcz	90,826	Tłuszcz	98,037	Tłuszcz	72,817
		g	Kwasy Nasycone	17,24	Kwasy Nasycone	31,333	Kwasy Nasycone	31,348	Kwasy Nasycone	30,051	Kwasy Nasycone	26,119
		g	Węglowodany ogółem	238,84	Węglowodany ogółem	225,71	Węglowodany ogółem	223,9	Węglowodany ogółem	249,77	Węglowodany ogółem	303,78
		g	W tym cukry	39,869	W tym cukry	26,253	W tym cukry	27,558	W tym cukry	43,955	W tym cukry	99,819
		g	Błonnik pokarmowy	32,206	Błonnik pokarmowy	29,181	Błonnik pokarmowy	38,786	Błonnik pokarmowy	21,064	Błonnik pokarmowy	26,485
		mg	Sód	1899,4	Sód	2330,4	Sód	2059,1	Sód	1164	Sód	467,75

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupiaki; 3. jaja; 5. orzeszki ziemne; 6. soja; 7. mleko; 8. orzechy; 9. seler; 10. gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. 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											
piątek 29 maja 2026											
DIETA	Dieta niskocholesterolowa		Dieta dializowana/bezsolna		Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dializowana		Dieta rozdrobniona		Dieta płynna wzmocniona/papkowata		
I	SNIADANIE	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Rogal pszenny 80g *gluten/	70g	Bułka razowa 70g *gluten/	70g	Płatki ryżowe na mleku (g) 300ml *mleko/	300g	Zupa krem ziemniaczany z pomidorami (g) 500ml *gluten/*jaja/*mleko/*seler/	500g
		Bułka razowa 70g *gluten/	70g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g	Chleb tostowy 75g *gluten/	75g		
		Paszтет warzywny 1szt. *soja/*gorczyca/	113g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	Paszтет warzywny 1szt. *soja/*gorczyca/	113g		
		Schab biały 30g *soja/	30g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	Pasta mięsna ze schabu białego 40g *jaja/*soja/*gorczyca/	40g		
		Ogórek kiszony 60g	60g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g		
		Pomidor 50g	50g					masło 10g *mleko/	10g		
		Margaryna 10g	10g					Herbata z cytryną	250g		
		Herbata z cytryną	250g								
II		Serek wiejski 1 szt.	200g	Kiwi 1szt.	75g	Kiwi 1szt.	75g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g
I	OBIAD	Zupa neapolitańska z makaronem (g) 350ml *gluten/*soja/*mleko/*seler/	350g	Rosół z makaronem b/s (g) 350ml *gluten/*soja/*seler/	350g	Rosół z makaronem b/s (g) 350ml *gluten/*soja/*seler/	350g	Zupa neapolitańska z makaronem (g) 350ml *gluten/*soja/*mleko/*seler/	350g	Zupa krem żurek (g) 500ml *gluten/*mleko/*seler/	500g
		Ryba pieczona 100g *gluten/*ryby/	100g	Ryba pieczona b/s 100g *gluten/*ryby/	100g	Ryba pieczona b/s 100g *gluten/*ryby/	100g	Kotlet z ryby pieczony 100g *gluten/*jaja/*ryby/	100g		
		Ryż z warzywami (g) 200g	200g	Sos koperkowy (g) 80g *gluten/*mleko/*seler/	80g	Sos koperkowy (g) 80g *gluten/*mleko/*seler/	80g	Sos koperkowy (g) 80g *gluten/*mleko/*seler/	80g		
		Kompot 250ml	250g	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		
	Podwieczorek			Marchewka mini gotowana 150g	150g	Marchewka mini gotowana al dente 150g	150g				
I	KOLACJA	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb tostowy 75g *gluten/	75g	Krem z warzyw d/p (g) 500ml *gluten/*jaja/*mleko/*seler/	500g
		Twaróg 100g *mleko/	100g	Twaróg 100g *mleko/	100g	Twaróg 100g *mleko/	100g	Twaróg 100g *mleko/	100g		
		Dżem 2 szt.	50g	Dżem 2 szt.	50g	Ogórek 100g	100g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g		
		Margaryna 10g	10g	Ogórek 50g	50g	masło 10g *mleko/	10g	Dżem 2 szt.	50g		
		Pomidor 100g	100g	masło 10g *mleko/	10g	Herbata owocowa	250g	masło 10g *mleko/	10g		
		Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g			Herbata owocowa	250g		
II		Kiwi 1szt.	75g	Kanapka pszenna z domową wędliną z kurczaka 1 szt. *gluten/	80g	Kanapka razowa z domową wędliną z kurczaka 1 szt. *gluten/	80g	Banan 1szt.	120g	Serek wiejski 1 szt.	200g

kcal	Energia	2138,1	Energia	2078,3	Energia	1931,9	Energia	2341,6	Energia	2213
g	Białko	125,11	Białko	135,45	Białko	132,09	Białko	113,69	Białko	112,88
g	Tłuszcz	95,455	Tłuszcz	59,245	Tłuszcz	59,188	Tłuszcz	96,636	Tłuszcz	97,506
g	Kwasy Nasycone	21,877	Kwasy Nasycone	21,596	Kwasy Nasycone	21,785	Kwasy Nasycone	37,024	Kwasy Nasycone	38,761
g	Węglowodany ogółem	189,91	Węglowodany ogółem	247,27	Węglowodany ogółem	207,96	Węglowodany ogółem	245,9	Węglowodany ogółem	216,48
g	W tym cukry	28,925	W tym cukry	25,658	W tym cukry	22,109	W tym cukry	54,099	W tym cukry	60,621
g	Błonnik pokarmowy	22,717	Błonnik pokarmowy	21,982	Błonnik pokarmowy	31,625	Błonnik pokarmowy	17,411	Błonnik pokarmowy	13,264
mg	Sód	1841,4	Sód	2110,1	Sód	1795,6	Sód	1259,1	Sód	597,59

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 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 PIELĘGNIARSKICH.

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie											
DZIAŁ ŻYWIENIA											
sobota 30 maja 2026											
DIETA	Dieta niskocholesterolowa		Dieta dializowana/bezsolna		Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów dializowana		Dieta rozdrobniona		Dieta płynna wzmocniona/papkowata		
I	SNIADANIE	Skyr smakowy szt. *mleko/	140g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Płatki kukurydziane na mleku (g) 300ml *mleko/	300g	Krem z białych warzyw (g) 500ml *mleko/*seler/	500g
		Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g	Chleb tostowy 75g *gluten/	75g		
		Paszтет drobiowy 100g *gluten/*jaja/*soja/*mleko/*seler/	100g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	Paszтет drobiowy 100g *gluten/*jaja/*soja/*mleko/*seler/	100g		
		Kielbasa żywiecka 30g	30g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g		
		Serek Śmietankowy 50g *mleko/	50g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	masło 10g *mleko/	10g		
		Ogórek 50g	50g					Herbata z cytryną	250g		
		Salata 30g	30g								
		Margaryna 10g	10g								
		Herbata z cytryną	250g								
II		Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Kanapka pszenna z domową wędliną z indyka 1 szt. *gluten/	80g	Kanapka razowa z domową wędliną z indyka 1 szt. *gluten/	80g	Skyr smakowy szt. *mleko/	140g	Skyr smakowy szt. *mleko/	140g
I	OBIAD	Zupa barszcz biały 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa barszcz biały b/s 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa barszcz biały b/s 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa barszcz biały 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa krem szpinakowy z ziemniakami (g) 500ml *gluten/*soja/*mleko/*seler/	500g
		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 pszenny 150g *gluten/*soja/	150g		
		Makaron pełnoziarnisty (g) 150g *gluten/*soja/	150g	Makaron pszenny kolorowy 150g *gluten/	150g	Makaron pełnoziarnisty (g) 150g *gluten/*soja/	150g	Sos carbonara z warzywami i kielbasą drobiową(d) *gluten/*mleko/*seler/	250g		
		Brokuł gotowany 150g	150g	Brokuł gotowany 150g	150g	Brokuł gotowany 150g	150g	Marchewka gotowana rozdrobniona 150g	150g		
		Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g		
		Jabłko 1szt.	180g					Banan 1szt.	200g		
Podwieczorek			Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g					
I	KOLACJA	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb tostowy 75g *gluten/	75g	Zupa krem koperkowy (g) 500ml *mleko/*seler/	500g
		Serek Śmietankowy 50g *mleko/	50g	Domowa wędlina z indyka 60g	60g	Domowa wędlina z indyka 60g	60g	Serek Śmietankowy 50g *mleko/	50g		
		Domowa wędlina z indyka 30g	30g	Papryka 50g	50g	Papryka 50g	50g	Pasta z żywieckiej 60g *jaja/*gorczyca/	60g		
		Papryka 50g	50g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g		
		Pomidor 50g	50g	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g	masło 10g *mleko/	10g		
		Margaryna 10g	10g					Herbata rumiankowa	250g		
		Herbata rumiankowa	250g								
II		Kanapka razowa z szynką kruchą 1 szt. *gluten/	80g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Mus owocowy 1szt.	100g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g
kcal		Energia	2531,7	Energia	2134,8	Energia	2174,7	Energia	2359,8	Energia	1986,1
g		Białko	143,13	Białko	137,19	Białko	135,95	Białko	122,68	Białko	94,941
g		Tłuszcz	73,899	Tłuszcz	59,764	Tłuszcz	60,334	Tłuszcz	76,819	Tłuszcz	72,951
g		Kwasy Nasycone	15,023	Kwasy Nasycone	24,335	Kwasy Nasycone	24,365	Kwasy Nasycone	30,171	Kwasy Nasycone	36,041
g		Węglowodany ogółem	304,54	Węglowodany ogółem	252,05	Węglowodany ogółem	251,17	Węglowodany ogółem	278,63	Węglowodany ogółem	230,11
g		W tym cukry	52,226	W tym cukry	22,406	W tym cukry	25,216	W tym cukry	88,707	W tym cukry	51,689
g		Błonnik pokarmowy	41,799	Błonnik pokarmowy	30,639	Błonnik pokarmowy	44,429	Błonnik pokarmowy	27,449	Błonnik pokarmowy	17,005
mg		Sód	3024,1	Sód	3279,6	Sód	2808	Sód	1613,1	Sód	407,83

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupiaki; 3. jaja; 5. orzeszki ziemne; 6. soja; 7. mleko; 8. orzechy; 9. seler; 10. gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. 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																																																																																																		
niedziela 31 maja 2026																																																																																																		
DIETA	Dieta niskocholesterolowa		Dieta dializowana/bezsolna		Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dializowana		Dieta rozdrobniona		Dieta płynna wzmocniona/papkowata																																																																																									
SNIA DANIE	I	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Płatki owsiane na mleku (g) 300ml *mleko/	300g	Zupa krem buraczkowy (g) 500ml *mleko/*seler/	500g																																																																																							
		Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Jajko gotowane 2 szt. z majonezem *jajal/*gorczyca/	140g	Jajko gotowane 2 szt. z majonezem *jajal/*gorczyca/	140g	Chleb tostowy 75g *gluten/	75g																																																																																									
		Jajko gotowane 2 szt. *jajal/	140g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	Pasta z jaj *jajal/*gorczyca/	100g																																																																																									
		Pomidor 50g	50g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g																																																																																									
		Salata 30g	30g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	masło 10g *mleko/	10g																																																																																									
		Margaryna 10g	10g					Herbata z cytryną	250g																																																																																									
		Herbata z cytryną	250g																																																																																															
	II	Serek wiejski 1 szt.	200g	Kanapka pszenna z dżemem 1 szt. *gluten/	80g	Kanapka razowa z domową wędliną wieprzową 1 szt. *gluten/	80g	Serek wiejski 1 szt.	200g	Serek wiejski 1 szt.	200g																																																																																							
	OBIA D	Zupa jarzynowa (g) 350ml	350g	Zupa jarzynowa b/s (g) 350ml	350g	Zupa jarzynowa b/s (g) 350ml	350g	Zupa jarzynowa (g) 350ml	350g	Zupa krem jarzynowy (g) 500ml *mleko/	500g																																																																																							
		Eskalopek drobiowy pieczony 100g *gluten/*jajal/	100g	Eskalopek drobiowy pieczony b/s 100g *gluten/*jajal/	100g	Eskalopek drobiowy pieczony b/s 100g *gluten/*jajal/	100g	Eskalopek drobiowy pieczony 100g *gluten/*jajal/	100g																																																																																									
Ziemniaki gotowane 150g		150g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Ziemniaki gotowane b/s 150g	150g	Ziemniaki gotowane 180g	180g																																																																																										
Surówka z porem 150g *jajal/*gorczyca/		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		Gotowane warzywa 150g *seler/	150g	Gotowane warzywa 150g *seler/	150g																																																																																													
Kola cja	I	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb tostowy 75g *gluten/	75g	Zupa krem jarzynowy (g) 500ml *mleko/	500g																																																																																							
		Pasta z tuńczyka i twarogu ze szczypiorkiem *jajal/*ryby/*mleko/*gorczyca/	100g	Domowa wędliną wieprzowa 60g	60g	Domowa wędliną wieprzowa 60g	60g	Pasta z tuńczyka i twarogu *jajal/*ryby/*mleko/*gorczyca/	100g																																																																																									
		Ogórek 50g	50g	Ogórek 50g	50g	Ogórek 50g	50g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g																																																																																									
		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																																																																																															
	II	Skyr smakowy szt. *mleko/	140g	Skyr smakowy szt. *mleko/	140g	Kanapka razowa z domową wędliną z indyka 1 szt. *gluten/	80g	Skyr smakowy szt. *mleko/	140g	Skyr smakowy szt. *mleko/	140g																																																																																							
<table border="1"> <tr> <td>kcal</td> <td>Energia</td> <td>2160,3</td> <td>Energia</td> <td>2132,1</td> <td>Energia</td> <td>2478,5</td> <td>Energia</td> <td>2306,4</td> <td>Energia</td> <td>2197,5</td> </tr> <tr> <td>g</td> <td>Białko</td> <td>140,81</td> <td>Białko</td> <td>132,1</td> <td>Białko</td> <td>158,85</td> <td>Białko</td> <td>150,03</td> <td>Białko</td> <td>111,3</td> </tr> <tr> <td>g</td> <td>Tłuszcz</td> <td>90,536</td> <td>Tłuszcz</td> <td>71,422</td> <td>Tłuszcz</td> <td>87,982</td> <td>Tłuszcz</td> <td>98,857</td> <td>Tłuszcz</td> <td>91,722</td> </tr> <tr> <td>g</td> <td>Kwasy Nasycone</td> <td>8,4258</td> <td>Kwasy Nasycone</td> <td>24,306</td> <td>Kwasy Nasycone</td> <td>31,916</td> <td>Kwasy Nasycone</td> <td>25,387</td> <td>Kwasy Nasycone</td> <td>30,181</td> </tr> <tr> <td>g</td> <td>Węglowodany ogółem</td> <td>185,38</td> <td>Węglowodany ogółem</td> <td>233,9</td> <td>Węglowodany ogółem</td> <td>243,12</td> <td>Węglowodany ogółem</td> <td>194,62</td> <td>Węglowodany ogółem</td> <td>233,74</td> </tr> <tr> <td>g</td> <td>W tym cukry</td> <td>25,967</td> <td>W tym cukry</td> <td>24,156</td> <td>W tym cukry</td> <td>18,141</td> <td>W tym cukry</td> <td>43,241</td> <td>W tym cukry</td> <td>49,736</td> </tr> <tr> <td>g</td> <td>Blonnik pokarmowy</td> <td>25,736</td> <td>Blonnik pokarmowy</td> <td>29,586</td> <td>Blonnik pokarmowy</td> <td>46,646</td> <td>Blonnik pokarmowy</td> <td>24,971</td> <td>Blonnik pokarmowy</td> <td>23,458</td> </tr> <tr> <td>mg</td> <td>Sód</td> <td>1915,8</td> <td>Sód</td> <td>2637,6</td> <td>Sód</td> <td>2693,2</td> <td>Sód</td> <td>1181,2</td> <td>Sód</td> <td>417,77</td> </tr> </table>											kcal	Energia	2160,3	Energia	2132,1	Energia	2478,5	Energia	2306,4	Energia	2197,5	g	Białko	140,81	Białko	132,1	Białko	158,85	Białko	150,03	Białko	111,3	g	Tłuszcz	90,536	Tłuszcz	71,422	Tłuszcz	87,982	Tłuszcz	98,857	Tłuszcz	91,722	g	Kwasy Nasycone	8,4258	Kwasy Nasycone	24,306	Kwasy Nasycone	31,916	Kwasy Nasycone	25,387	Kwasy Nasycone	30,181	g	Węglowodany ogółem	185,38	Węglowodany ogółem	233,9	Węglowodany ogółem	243,12	Węglowodany ogółem	194,62	Węglowodany ogółem	233,74	g	W tym cukry	25,967	W tym cukry	24,156	W tym cukry	18,141	W tym cukry	43,241	W tym cukry	49,736	g	Blonnik pokarmowy	25,736	Blonnik pokarmowy	29,586	Blonnik pokarmowy	46,646	Blonnik pokarmowy	24,971	Blonnik pokarmowy	23,458	mg	Sód	1915,8	Sód	2637,6	Sód	2693,2	Sód	1181,2	Sód	417,77
kcal	Energia	2160,3	Energia	2132,1	Energia	2478,5	Energia	2306,4	Energia	2197,5																																																																																								
g	Białko	140,81	Białko	132,1	Białko	158,85	Białko	150,03	Białko	111,3																																																																																								
g	Tłuszcz	90,536	Tłuszcz	71,422	Tłuszcz	87,982	Tłuszcz	98,857	Tłuszcz	91,722																																																																																								
g	Kwasy Nasycone	8,4258	Kwasy Nasycone	24,306	Kwasy Nasycone	31,916	Kwasy Nasycone	25,387	Kwasy Nasycone	30,181																																																																																								
g	Węglowodany ogółem	185,38	Węglowodany ogółem	233,9	Węglowodany ogółem	243,12	Węglowodany ogółem	194,62	Węglowodany ogółem	233,74																																																																																								
g	W tym cukry	25,967	W tym cukry	24,156	W tym cukry	18,141	W tym cukry	43,241	W tym cukry	49,736																																																																																								
g	Blonnik pokarmowy	25,736	Blonnik pokarmowy	29,586	Blonnik pokarmowy	46,646	Blonnik pokarmowy	24,971	Blonnik pokarmowy	23,458																																																																																								
mg	Sód	1915,8	Sód	2637,6	Sód	2693,2	Sód	1181,2	Sód	417,77																																																																																								

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

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

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie											
DZIAŁ ŻYWIENIA											
poniedziałek 01 czerwca 2026											
DIETA	Dieta niskocholesterolowa		Dieta dializowana/bezsolna		Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dializowana		Dieta rozdrobniona		Dieta płynna wzmocniona/papkowata		
I	SNIADANIE	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Zacierka na mleku (g) 300ml *gluten/*jaja/*mleko/	300g	Zupa krem (wiejska) 500ml *gluten/*jaja/*mleko/*seler/	500g
		Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g		
		Szynka dębowa drobiowa 60g	60g	Papryka 50g	50g	Papryka 50g	50g	Chleb tostowy 75g *gluten/	75g		
		Ogórek kiszony 60g	60g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	Pasta z szynki dębowej drobiowej 60g *jaja/*gorczyca/	60g		
		Pomidor 50g	50g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g		
		Margaryna 10g	10g					masło 10g *mleko/	10g		
		Herbata z cytryną	250g					Herbata z cytryną	250g		
II		Kanapka razowa z jajkiem 1szt. *gluten/*jaja/*gorczyca/	100g	Kanapka pszenna jajkiem DZ 1szt. *gluten/*jaja/*mleko/	100g	Kanapka razowa jajkiem DZ 1szt. *gluten/*jaja/*mleko/	100g			Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g
II	OBIAD	Zupa ziemniaczana z pomidorami (g) 350ml *seler/	350g	Zupa ziemniaczana 350ml *seler/	350g	Zupa ziemniaczana 350ml *seler/	350g	Zupa ziemniaczana z pomidorami (g) 350ml *seler/	350g	Zupa krem ziemniaczany z pomidorami 500ml *gluten/*jaja/*mleko/*seler/	500g
		Pulpet wieprzowy (g) 100g *gluten/*jaja/	100g	Pulpet wieprzowy b/s 100g *gluten/*jaja/	100g	Pulpet wieprzowy b/s 100g *gluten/*jaja/	100g	Pulpet wieprzowy (g) 100g *gluten/*jaja/	100g		
		Kasza bulgur gotowana 150g *gluten/	150g	Sos koperkowy b/s 80g *gluten/*seler/	80g	Sos koperkowy b/s 80g *gluten/*seler/	80g	Sos koperkowy 80g (g) *gluten/*mleko/*seler/	80g		
		Surówka z buraków z cebulką 150g	150g	Kasza bulgur gotowana 150g *gluten/	150g	Kasza bulgur gotowana 150g *gluten/	150g	Kasza bulgur gotowana (dr) 180g *gluten/	180g		
		Kompot	250g	Tarte buraczki 150g	150g	Tarte buraczki 150g	150g	Tarte buraczki 150g	150g		
				Kompot	250g	Kompot	250g	Kompot	250g		
Podwieczorek				Kanapka pszenna z dżemem 1 szt. *gluten/	80g						
II	KOLACJA	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb tostowy 75g *gluten/	75g	Zupa krem jarzynowy 500ml *mleko/	500g
		Kiełbasa extra sucha z indykiem 60g	0g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g	Pasta z fileta z indyka 60g *jaja/*gorczyca/	60g		
		Rzodkiewka 50g	50g	Rzodkiewka 50g	50g	Rzodkiewka 50g	50g	Ser twarogowy topiony 1szt *mleko/	17g		
		Roszonka	10g	Roszonka	10g	Roszonka	10g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g		
		Margaryna 10g	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g		
		Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g		
II		Kanapka razowa z polędwicą sopocką 1 szt. *gluten/*soja/	80g	Mus owocowy 1szt.	100g	Kanapka razowa z domową wędliną z kurczaka 1 szt. *gluten/	80g	Sok wielowarzywny 300ml	300g	Sok wielowarzywny 300ml	300g
kcal		Energia	2401,6	Energia	2233,1	Energia	2289,3	Energia	2091,9	Energia	2046,2
g		Białko	117,38	Białko	128,02	Białko	145,78	Białko	115,01	Białko	78,888
g		Tłuszcz	89,123	Tłuszcz	58,796	Tłuszcz	64,731	Tłuszcz	70,488	Tłuszcz	81,304
g		Kwasy Nasycone	19,01	Kwasy Nasycone	22,031	Kwasy Nasycone	25,071	Kwasy Nasycone	26,087	Kwasy Nasycone	41,714
g		Węglowodany ogółem	265,96	Węglowodany ogółem	294	Węglowodany ogółem	266,78	Węglowodany ogółem	242,72	Węglowodany ogółem	245,73
g		W tym cukry	18,158	W tym cukry	36,909	W tym cukry	22,814	W tym cukry	62,818	W tym cukry	52,912
g		Błonnik pokarmowy	38,426	Błonnik pokarmowy	32,103	Błonnik pokarmowy	42,903	Błonnik pokarmowy	23,869	Błonnik pokarmowy	21,479
mg		Sód	2530,1	Sód	2956	Sód	2599,3	Sód	2052,7	Sód	1124,8

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. 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 zaznaczamy 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										
wtorek 02 czerwca 2026										
DIETA	Dieta niskocholesterolowa	Dieta dializowana/bezsolna		Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów dializowana		Dieta rozdrobniona		Dieta płynna wzmocniona/papkowata		
SNIADANIE	Kefir szt. *mleko/	200g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Manna na mleku 300ml (g) *gluten/*mleko/	300g	Zupa krem jarzynowy 500ml *mleko/	500g
	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g	Chleb tostowy 75g *gluten/	75g		
	Szynka z piersi indyka 60g	60g	Mix sałat z oliwą	60g	Mix sałat z oliwą	60g	Pasta z piersi indyka 60g *jaja/*gorczyca/	60g		
	Mix sałat z pomidorkami, ciecierzycą i pesto *mleko/*orzechy/	60g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g		
	Margaryna 10g	10g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	masło 10g *mleko/	10g		
	Herbata z cytryną	250g					Herbata z cytryną	250g		
II	Skyr smakowy szt. *mleko/	140g	Kanapka pszenna z domową wędliną z kurczaka 1 szt. *gluten/	80g	Kanapka razowa z domową wędliną z kurczaka 1 szt. *gluten/	80g	Kefir szt. *mleko/	200g	Kefir szt. *mleko/	200g
OBIAD	Zupa krem z białych warzyw (g) 350ml *soja/*mleko/*seler/	350g	Zupa krem z białych warzyw b/s (g) 350ml *soja/*mleko/*seler/	350g	Zupa krem z białych warzyw b/s (g) 350ml *soja/*mleko/*seler/	350g	Zupa krem z białych warzyw (g) 350ml *soja/*mleko/*seler/	350g	Zupa krem z selera 500ml *gluten/*mleko/*seler/	350g
	Sos bolognese duszony z warzywami i mięsem *seler/	250g	Sos duszony z warzywami z mięsem wieprzowym (D) 25 *seler/	250g	Sos duszony z warzywami z mięsem wieprzowym (D) 25 *seler/	250g	Sos bolognese duszony z warzywami i mięsem *seler/	250g		
	Makaron pełnoziarnisty 150g *gluten/*soja/	150g	Makaron pszenny 150g *gluten/*soja/	150g	Makaron pełnoziarnisty 150g *gluten/*soja/	150g	Makaron pszenny 150g *gluten/*soja/	150g		
	Kompot	250g	Kompot	250g	Kompot	250g	Kompot	250g		
	Kiwi 1szt.	75g	Kiwi 1szt.	75g	Kiwi 1szt.	75g	Banan 1szt.	200g		
Powielicznik		Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g					
Kolacja	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb tostowy 75g *gluten/	75g	Zupa krem z fasolki 500ml *jaja/*mleko/	500g
	Pasztet warzywny 1szt. *soja/*gorczyca/	113g	Pasztet warzywny 1szt. *soja/*gorczyca/	113g	Pasztet warzywny 1szt. *soja/*gorczyca/	113g	Pasztet warzywny 1szt. *soja/*gorczyca/	113g		
	Schab pieczony 30g *mleko/	30g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	Pasta ze schabu pieczonego 30g *jaja/*mleko/*gorczyca/	30g		
	Pomidor 50g	50g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g		
	Ogórek 50g	50g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g	masło 10g *mleko/	10g		
	Margaryna 10g	10g					Herbata owocowa	250g		
	Herbata owocowa	250g								
II	Kanapka razowa z serem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g	Skyr smakowy szt. *mleko/	140g	Skyr smakowy szt. *mleko/	140g	Skyr smakowy szt. *mleko/	140g	Skyr smakowy szt. *mleko/	140g
kcal	Energia	2355,4	Energia	2329,3	Energia	2370,6	Energia	2302,6	Energia	2205,5
g	Białko	123,15	Białko	136,76	Białko	135,77	Białko	122,3	Białko	90,865
g	Tłuszcz	89,208	Tłuszcz	84,662	Tłuszcz	85,283	Tłuszcz	85,463	Tłuszcz	89,657
g	Kwasy Nasycone	33,873	Kwasy Nasycone	43,221	Kwasy Nasycone	43,251	Kwasy Nasycone	42,012	Kwasy Nasycone	28,017
g	Węglowodany ogółem	250,9	Węglowodany ogółem	247,46	Węglowodany ogółem	247,08	Węglowodany ogółem	252,78	Węglowodany ogółem	264,65
g	W tym cukry	39,162	W tym cukry	23,296	W tym cukry	25,456	W tym cukry	77,503	W tym cukry	54,369
g	Błonnik pokarmowy	38,649	Błonnik pokarmowy	32,756	Błonnik pokarmowy	45,046	Błonnik pokarmowy	24,845	Błonnik pokarmowy	26,802
mg	Sód	2556	Sód	2464,2	Sód	1992,6	Sód	1332,8	Sód	478,17

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

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie											
DZIAŁ ŻYWIENIA											
środa 03 czerwca 2026											
DIETA	Dieta niskocholesterolowa		Dieta dializowana/bezsolna		Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dializowana		Dieta rozdrobniona		Dieta płynna wzmocniona/papkowata		
I	SNIADANIE	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Rogal pszenny 80g *gluten/	70g	Rogal pszenny 80g *gluten/	70g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Zupa krem dyniowy 500ml *gluten/*mleko/*seler/	500g
		Bułka razowa 70g *gluten/	70g	Pasta z makreli z jogurtem *jaja/*ryby/*mleko/	100g	Pasta z makreli z jogurtem *jaja/*ryby/*mleko/	100g	Chleb tostowy 75g *gluten/	75g		
		Pasta z makreli z jogurtem *jaja/*ryby/*mleko/	100g	Rzodkiewka 50g	50g	Rzodkiewka 50g	50g	Pasta z makreli *jaja/*ryby/*mleko/*gorczyca/	100g		
		Rzodkiewka 50g	50g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g		
		Pomidor 50g	50g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	masło 10g *mleko/	10g		
		Margaryna 10g	10g					Herbata z cytryną	250g		
		Herbata z cytryną	250g								
II		Kanapka razowa z domową wędliną z indyka 1 szt. *gluten/	80g	Kanapka pszenna z domową wędliną wieprzową 1 szt. *gluten/	80g	Kanapka razowa z domową wędliną wieprzową 1 szt. *gluten/	80g	Skyr szt. *mleko/	140g	Skyr szt. *mleko/	140g
I	OBIAD	Barszcz czerwony (g) 350ml *mleko/*seler/	350g	Barszcz czerwony b/s 350ml *mleko/*seler/	350g	Barszcz czerwony b/s 350ml *mleko/*seler/	350g	Barszcz czerwony (g) 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa krem buraczkowy 500ml *mleko/*seler/	500g
		Kotlet pożarski pieczony 100g *gluten/*jaja/*mleko/	100g	Kotlet pożarski pieczony b/s 100g *gluten/*jaja/*mleko/	100g	Kotlet pożarski pieczony b/s 100g *gluten/*jaja/*mleko/	100g	Kotlet pożarski pieczony 100g *gluten/*jaja/*mleko/	100g		
		Marchewka z groszkiem (g) 150g	150g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Ziemniaki gotowane puree 180g	180g		
		Ziemniaki gotowane 150g	150g	Marchewka z groszkiem (g) 150g	150g	Marchewka z groszkiem (g) 150g	150g	Marchewka gotowana rozdrobniona 150g	150g		
		Kompot	250g	Kompot	250g	Kompot	250g	Kompot	250g		
Podwieczorek			Kanapka pszenna z domową wędliną z indyka 1 szt. *gluten/	80g	Kanapka razowa z domową wędliną z indyka 1 szt. *gluten/	80g					
I	KOLACJA	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb tostowy 75g *gluten/	75g	Zupa krem z buraków 500ml *gluten/*mleko/*seler/	500g
		Poledwica sopocka 60g *soja/	60g	Domowa wędliną wieprzowa 60g	60g	Poledwica sopocka 60g *soja/	60g	Pasta z poledwicy sopockiej 60g *jaja/*soja/*gorczyca/	60g		
		Serek Śmietankowy 50g *mleko/	50g	Salata 30g	30g	Serek Śmietankowy 50g *mleko/	50g	Serek Śmietankowy 50g *mleko/	50g		
		Salata 30g	30g	masło 10g *mleko/	10g	Salata 30g	30g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g		
		Ogórek 50g	50g	Herbata malinowa	250g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g		
		Margaryna 10g	10g			Herbata malinowa	250g	Herbata malinowa	250g		
		Herbata malinowa	250g								
II		Kanapka razowa z poledwicą sopocką 1 szt. *gluten/*soja/	80g	Mus owocowy 1szt.	100g	Mus owocowy 1szt.	100g	Mus owocowy 1szt.	100g		
kcal		Energia	2332,1	Energia	2502,3	Energia	2561,4	Energia	2050,3	Energia	1981,4
g		Białko	144,75	Białko	160,64	Białko	158,73	Białko	138,43	Białko	90,686
g		Tłuszcz	83,874	Tłuszcz	93,556	Tłuszcz	95,031	Tłuszcz	93,845	Tłuszcz	88,645
g		Kwasy Nasycone	19,414	Kwasy Nasycone	32,737	Kwasy Nasycone	32,187	Kwasy Nasycone	22,622	Kwasy Nasycone	29,711
g		Węglowodany ogółem	234,66	Węglowodany ogółem	248,3	Węglowodany ogółem	251,98	Węglowodany ogółem	189,37	Węglowodany ogółem	237,87
g		W tym cukry	23,599	W tym cukry	27,829	W tym cukry	30,459	W tym cukry	47,331	W tym cukry	53,338
g		Błonnik pokarmowy	36,155	Błonnik pokarmowy	23,712	Błonnik pokarmowy	34,822	Błonnik pokarmowy	20,45	Błonnik pokarmowy	19,564
mg		Sód	3742,8	Sód	3480,7	Sód	3620,9	Sód	2234,2	Sód	428,2

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 DYŻURKACH PIELEGNIARSKICH.

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie											
DZIAŁ ŻYWIENIA											
czwartek 04 czerwca 2026											
DIETA	Dieta niskocholesterolowa		Dieta dializowana/bezsojna		Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dializowana		Dieta rozdrobniona		Dieta płynna wzmocniona/papkowata		
I	SNIADANIE	Serek wiejski 1 szt.	200g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Musli na mleku (g) *gluten/*mleko/*orzechy/	300g	Zupa krem z pomidora/r 500ml *mleko/*seler/	500g
		Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Domowa wędlina z indyka 60g	60g	Domowa wędlina z indyka 60g	60g	Chleb tostowy 75g *gluten/	75g	Herbata z cytryną	250g
		Kiełbasa krotoszyńska 60g *soja/	60g	Papryka 50g	50g	Papryka 50g	50g	Pasta z kiełbasy krotoszyńskiej 60g *jaja/*soja/*gorczyca/	60g		
		Pomidor 50g	50g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g		
		Papryka 50g	50g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	masło 10g *mleko/	10g		
		Margaryna 10g	10g					Herbata z cytryną	250g		
		Herbata z cytryną	250g								
II		Kefir szt. *mleko/	200g	Kanapka pszenna z domową wędliną z kurczaka 1 szt. *gluten/	80g	Kanapka razowa z domową wędliną z kurczaka 1 szt. *gluten/	80g	Serek wiejski 1 szt.	200g	Budyń 250ml *gluten/*mleko/	250g
I	OBIAD	Zupa koperkowa z ziemniakami (g) 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa koperkowa z ziemniakami b/s 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa koperkowa z ziemniakami b/s 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa koperkowa z ziemniakami (g) 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa krem koperkowy 500ml *mleko/*seler/	500g
		Strogonow ze schabu duszony z warzywami 250g *gluten/	250g	Strogonow ze schabu duszony z warzywami b/s 250g *gluten/	250g	Strogonow ze schabu duszony z warzywami b/s 250g *gluten/	250g	Strogonow ze schabu duszony z warzywami 250g *gluten/	250g	Kompot	250g
		Ryż al dente 150g	150g	Ryż al dente 150g	150g	Ryż al dente 150g	150g	Ryż (dr)180g	180g		
		Jabłko 1szt.	180g	Jabłko 1szt.	180g	Jabłko 1szt.	180g	Banan 1szt.	120g		
		Kompot	250g	Kompot	250g	Kompot	250g	Kompot	250g		
Podwieczorek			Kalafior gotowany 150g *soja/	150g	Kalafior gotowany 150g *soja/	150g					
I	KOLACJA	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb tostowy 75g *gluten/	75g	Zupa krem krupnik 500ml *mleko/*seler/	500g
		Pieczeń z indykiem 30g *gluten/	30g	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g	Pasta z pieczeni z indyka 60g *gluten/*jaja/*gorczyca/	60g		
		Mini mozzarella 45g *mleko/	45g	Pomidor 50g	50g	Oliwki czarne 5 szt.	20g	Mini mozzarella 45g *mleko/	45g		
		Pomidor 50g	50g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g		
		Oliwki czarne 5 szt.	20g	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g	masło 10g *mleko/	10g		
		Margaryna 10g	10g					Herbata rumiankowa	250g		
		Herbata rumiankowa	250g								
II		Kanapka razowa z serem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g	Kisiel 250ml	250g	Kisiel 250ml	250g	Jogurt smakowy szt. *mleko/	150g	Jogurt smakowy szt. *mleko/	150g
kcal		Energia	2253,6	Energia	2102,2	Energia	2064,5	Energia	2297	Energia	2029,2
g		Białko	121,28	Białko	133,41	Białko	128,42	Białko	128,17	Białko	85,787
g		Tłuszcz	81,091	Tłuszcz	53,943	Tłuszcz	56,703	Tłuszcz	85,026	Tłuszcz	85,114
g		Kwasy Nasycone	17,549	Kwasy Nasycone	21,493	Kwasy Nasycone	21,423	Kwasy Nasycone	25,516	Kwasy Nasycone	50,85
g		Węglowodany ogółem	245,02	Węglowodany ogółem	265,23	Węglowodany ogółem	244,74	Węglowodany ogółem	249,4	Węglowodany ogółem	227,09
g		W tym cukry	47,14	W tym cukry	43,776	W tym cukry	42,916	W tym cukry	58,336	W tym cukry	58,896
g		Błonnik pokarmowy	35,961	Błonnik pokarmowy	28,515	Błonnik pokarmowy	39,245	Błonnik pokarmowy	20,611	Błonnik pokarmowy	16,633
mg		Sód	2909,4	Sód	2468	Sód	2467,3	Sód	1147,8	Sód	479,97

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 DYŻURKACH PIELĘGNIARSKICH.

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie													
DZIAŁ ŻYWIENIA													
sobota 06 czerwca 2026													
DIETA	Dieta niskocholesterolowa		Dieta dializowana/bezsolna		Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dializowana		Dieta rozdrobniona		Dieta płynna wzmocniona/papkowata				
I	SNIADANIE	Kefir szt. *mleko/	200g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Kasza jaglana na mleku (g) 300ml *mleko/	300g	Zupa krem szpinakowy z zacierką 500ml *gluten/*jaja/*mleko/*seler/	500g		
		Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g	Chleb tostowy 75g *gluten/	75g	Herbata z cytryną	250g		
		Szynka wiejska 60g *gluten/*soja/*seler/	60g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	Pasta z szynki wiejskiej 60g *jaja/*gorczyca/	60g				
		Pomidor 50g	50g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g				
		Salata 30g	30g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	masło 10g *mleko/	10g				
		Margaryna 10g	10g					Herbata z cytryną	250g				
		Herbata z cytryną	250g										
II		Kanapka razowa z szynką wiejską 1 szt. *gluten/	80g	Kanapka pszenna z domową wędliną z indyka 1 szt. *gluten/	80g	Kanapka razowa z domową wędliną z indyka 1 szt. *gluten/	80g	Kefir szt. *mleko/	200g	Kefir szt. *mleko/	200g		
I	OBIAD	Zupa jarzynowa (g) 350ml	350g	Zupa jarzynowa (g) 350ml	350g	Zupa jarzynowa (g) 350ml	350g	Zupa jarzynowa (g) 350ml	350g	Zupa krem jarzynowy 500ml *mleko/	500g		
		Gulasz drobiowy duszony 150g *gluten/*mleko/*seler/	150g	Gulasz drobiowy duszony 150g *gluten/*mleko/*seler/	150g	Gulasz drobiowy duszony 150g *gluten/*mleko/*seler/	150g	Gulasz drobiowy duszony 150g *gluten/*mleko/*seler/	150g	Kompot	250g		
		Kasza gryczana 150g	150g	Kasza jęczmienna 150g	150g	Kasza jęczmienna 150g	150g	Kasza jęczmienna 180g	180g				
		Surówka z czerwonej kapusty 150g *gorczyca/	150g	Brokuł gotowany b/s 150g	150g	Brokuł gotowany 150g	150g	Brokuł gotowany rozdrobniony 150g	150g				
		Kompot	250g	Kompot	250g	Kompot	250g	Kompot	250g				
	Podwieczorek		Brokuł gotowany 150g	150g	Gotowane warzywa 150g *seler/	150g							
I	KOLACJA	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb tostowy 75g *gluten/	75g	Zupa krem jarzynowy 500ml *mleko/	500g		
		Twaróg 100g *mleko/	100g	Domowa wędlina z indyka 60g	60g	Domowa wędlina z indyka 60g	60g	Twaróg 100g *mleko/	100g	Herbata owocowa	250g		
		Papryka 50g	50g	Roszponka	10g	Papryka 50g	50g	Dżem 2 szt.	50g				
		Roszponka	10g	masło 10g *mleko/	10g	Roszponka	10g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g				
		Margaryna 10g	10g	Herbata owocowa	250g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g				
		Herbata owocowa	250g			Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g				
		II		Skyr szt. *mleko/	140g	Skyr szt. *mleko/	140g	Skyr szt. *mleko/	140g	Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g	Skyr szt. *mleko/	140g

kcal	Energia	2063,1	Energia	1998,5	Energia	2042,1	Energia	2014,9	Energia	2035,1
g	Białko	133,07	Białko	161,48	Białko	157,09	Białko	120,92	Białko	117,79
g	Tłuszcz	79,85	Tłuszcz	63,58	Tłuszcz	68,24	Tłuszcz	64,4	Tłuszcz	87,927
g	Kwasy Nasycone	10,314	Kwasy Nasycone	19,686	Kwasy Nasycone	22,406	Kwasy Nasycone	22,671	Kwasy Nasycone	35,974
g	Węglowodany ogółem	229,4	Węglowodany ogółem	230,77	Węglowodany ogółem	225,35	Węglowodany ogółem	232,69	Węglowodany ogółem	231,43
g	W tym cukry	24,733	W tym cukry	20,968	W tym cukry	23,529	W tym cukry	61,213	W tym cukry	55,304
g	Błonnik pokarmowy	34,096	Błonnik pokarmowy	28,113	Błonnik pokarmowy	41,678	Błonnik pokarmowy	22,423	Błonnik pokarmowy	23,213
mg	Sód	1901	Sód	2511,1	Sód	2063,1	Sód	744,03	Sód	487,82

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

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