

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

11.05.2025-20.05.2025

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

1)gluten; 2)skorupiaki, 3)jaja; 4) ryby; 5) orzeszki ziemne; 6)soja; 7)mleko; 8)orzechy 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) lubin.

Legenda: (*) produkt zawiera wskazany alergen;(+) produkt może zawierać wskazany alergen.

Niedziela, 11 maja 2025										
	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml	247	Serek kanapkowy śmietankowy haga (*7)	47	Płatki owsiane na mleku 350ml (*7+1), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	602
	Kiełbasa drobiowa pieczona(+9+10) 100g	202	Kiełbasa drobiowa pieczona(+9+10) 100g	202	Poledwica sopocka (*6+9+10) 50g	62	1szt./17g Kiełbasa drobiowa pieczona (+9+10) 100g	202		
	Musztarda (*9*10) 20g	14	Kecup (*9) 20g	20	Dżem truskawkowy 25g	40	Musztarda (*9*10) 20g	14		
	Papryka 50g	10	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Papryka 50g	10		
	Rukola 5g	1	Rukola 5g	1	Rukola 5g	1	Rukola 5g	1		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	251	Herbata 250ml	
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116		
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml			
II śniadanie	Ciasto drożdżowe(*1*3*7+6) 50g	126	Ciasto drożdżowe(*1*3*7+6) 50g	126	Ciasto drożdżowe(*1*3*7+6) 50g	126	Gruszka 160g Migdały (*8) 10g	112 62	Kefir (*7) 200ml	102
Obiad	Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z ryżem (*9) 400ml	196	Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z ryżem (*9) 400ml	196	Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z ryżem (*9) 400ml	196	Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z ryżem brązowym (*9) 400ml	194	Rosół (*9) ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
	Udko drobiowe pieczone 150g	265	Udko gotowane w sosie koperkowym 150g/30ml (*1*7)	245	Udko gotowane w sosie koperkowym 150g/30ml (*1*7)	245	Udko drobiowe pieczone 150g	265	Kompot owocowy 250ml	50
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142		
	Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 70g	56	Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 70g	45	Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7)70g	45	Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 70g	56		
	Cukinia parzona 50g	18	Cukinia parzona 50g	18	Cukinia parzona 50g	18	Cukinia parzona 50g	18		
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml			
Podwie	Banan 120g	110	Banan 120g	110	Banan 120g	110	Kefir (*7) 200ml	102	Mus owocowy 100%/100g	54
Kolacja	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorem (*7) 70g	89	Twarożek z koperkiem (*7) 70g	82	Twarożek z koperkiem (*7) 70g	82	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorem (*7) 70g	89	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	545
	Szynka drobiowa (*1+6+9) 20g	19	Szynka drobiowa (*1+6+9) 20g	19	Szynka drobiowa (*1+6+9) 20g	19	Szynka drobiowa (*6+7+9) 20g	19		
	Ogórek 50g	6	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Ogórek 50g	6		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g	251		
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g	116		
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml			
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, poledwicą wieprzową, serem żółtym sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g	217	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwicą drobiową, twarożkiem sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	194	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwicą drobiową, twarożkiem,salatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	194	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, poledwicą wieprzową, serem żółtym sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g	217		
	Gruszka 150g	85	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Surówka z i marchewki z olejem rzepakowym 100g	52		
WARTOŚCI ODŻWICZE	Wartość energet. [kcal] 2607 Białko ogółem [g]: 112,26 Tłuszcz[g]: 81,04 w tym tłuszcze nasycone[g]: 30,03 Węglowodany ogółem[g]: 331,27 w tym cukry[g]: 57,64 Błonnik[g]: 34,72 Sód[g]: 2,65		Wartość energet. [kcal] 2516 Białko ogółem [g]: 105,66 Tłuszcz[g]: 78,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 332,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 30,12 Sód [g]: 2,55		Wartość energet. [kcal] 2412 Białko ogółem [g]: 102,66 Tłuszcz[g]: 78,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 332,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 30,12 Sód [g]: 2,55		Wartość energet. [kcal] 2323 Białko ogółem [g]: 101,89 Tłuszcz[g]: 82 65 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 300,82 w tym cukry[g]:47,23 Błonnik[g]: 46,09 Sód [g]:2,43		Wartość energet. [kcal]2037 Białko ogółem [g] 72,12 Tłuszcz[g]61.45 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 299.34 W tym cukry [g] 33,11 Błonnik[g] 22,45 Sód[g] 1,97	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

11.05.2025-20.05.2025

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

1)gluten; 2)skorupiaki, 3)jaja; 4) ryby; 5) orzeszki ziemne; 6)soja; 7)mleko; 8)orzechy 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) łubin.

Legenda: (*) produkt zawiera wskazany alergen;(+) produkt może zawierać wskazany alergen.

Poniedziałek, 12 maja 2025										
	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1) 350ml	256	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1) 350ml	256	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1) 350ml	256	Szynka wieprzowa (*1+6+9) 30g	45	Płatki jęczmienne na mleku 350ml (*7*1), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	602
	Pasta jajeczna z koperkiem (*3) 70g	102	Pasta jajeczna z koperkiem(*3) 70g	102	Pasta z białek jaj z koperkiem (*3) 70g	82	Pasta jajeczna z koperkiem (*3) 70g	102		
	Mozzarella plastry (*7) 20g	56	Mozzarella plastry(*7) 20g	56	Mozzarella plastry(*7) 20g	56	Mozzarella plastry (*7) 20g	56		
	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9		
	Roszonka 5g	1	Roszonka 5g	9	Roszonka 5g	1	Roszonka 5g	1		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Roszonka 5g	1	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g	251		
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Chleb pszenny (*1)100g	263	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Herbata 250ml	
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml	116	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml			
II śniadanie	Jabłko 150g	75	Galaretka z owocami bez cukru 123g	100	Galaretka z owocami bez cukru 123g	100	Jabłko 150g Pestki słonecznika (+8) 10g	75 54	Serek homogenizowany (*7) 150g	154
Obiad	Zupa grochowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*9) 400ml	282	Zupa wiejska na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml	189	Zupa wiejska na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami(*7*9) 400ml	189	Zupa grochowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*9) 400ml	282	Zupa wiejska (*7*9) ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
	Klops z mięsa wieprzowego w sosie własnym (*1*7) 150g	246	Klops z mięsa wieprzowego w sosie własnym (*1*7) 150g	246	Klops z mięsa wieprzowego w sosie własnym (*1*7) 150g	246	Klops z mięsa wieprzowego w sosie własnym (*1*7) 150g	246		
	150g		Kluski śląskie (*1) 160g/8szt	42	Kluski śląskie (*1) 160g/8szt	42	Kasza gryczana 200g	242		
	Kluski śląskie (*1) 160g/8szt	206	Szpinak gotowany z masłem (*7) 70g	36	Szpinak gotowany z masłem (*7) 70g	206	Surówka z czerwonej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym i koperkiem 70g	62	Kompot wieloowocowy 250ml	50
	Surówka z czerwonej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym i koperkiem 70g	62	Salata z oliwą 50g	50	Salata z oliwą 50g	42	Salata z oliwą 50g	36		
	Salata z oliwą 50g	36	Kompot owocowy 250ml		Kompot owocowy 250ml	36	Woda 500ml	50		
	Kompot owocowy 250ml	50				50				
Podwie	Jogurt owocowy (*7) 150g	125	Jogurt owocowy (*7) 150g	125	Jogurt owocowy (*7) 150g	125	Jogurt naturalny (*7) 150g	90	Jogurt owocowy (*7) 150g	125
Kolacja	Zapiekanka makaronowa z warzywami i kurczakiem (*1*9*7*3) 200g	178	Zapiekanka makaronowa z warzywami i kurczakiem (*1*9*7*3) 200g	178	Zapiekanka makaronowa z warzywami i kurczakiem (*1*9*7*3) 200g	178	Zapiekanka makaronowa z makaronem razowym z warzywami i kurczakiem (*1*9*7*3) 200g	167	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	545
	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)50g	131	Chleb pszenny (*1)50g	133	Chleb pszenny (*1)50g	133	Chleb razowy (*1)50g	126		
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g	116		
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c250ml		Herbata b/c 250ml			
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, serem żółtym, jajkiem,salata i ogórkiem (*7*1*6+9+10) 100g	222	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, jajkiem salata i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	213	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, jajkiem salata i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	213	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, serem żółtym, jajkiem, salata i ogórkiem (*1*7*6+9+10) 100g	222		
	Mandarynka 120g	45	Mandarynka 120g	45	Mandarynka 120g	45	Pomidor 1szt./100g	18		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2538 Białko ogółem [g]: 121,26 Tłuszcz[g]: 92,04 w tym tłuszcze nasycone[g]: 28,03 Węglowodany ogółem[g]: 341,27 w tym cukry[g]: 57,64 Błonnik[g]: 39,72 Sód[g]: 2,76		Wartość energet. [kcal]2515 Białko ogółem [g] 120,23 Tłuszcz[g] 73.12 w tym nasycone [g] 14,234 Węglowodany ogółem [g] 338,08 W tym cukry [g] 49,98 Błonnik[g] 27,24 Sód [g] 2,55		Wartość energet. [kcal]2515 Białko ogółem [g] 120,23 Tłuszcz[g] 73.12 w tym nasycone [g] 14,234 Węglowodany ogółem [g] 338,08 W tym cukry [g] 49,98 Błonnik[g] 27,24 Sód [g] 2,55		Wartość energet. [kcal] 2425 Białko ogółem [g]: 118,34 Tłuszcz[g]:82,59 w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,04 Węglowodany ogółem[g]: 316,67 w tym cukry[g]:37,34 Błonnik[g]:42,78 Sód [g]: 2,61		Wartość energet. [kcal]2101 Białko ogółem [g] 72,12 Tłuszcz[g] 59,98 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 283.12 W tym cukry [g] 33,02 Błonnik[g] 24,11 Sód [g] 2,12	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

11.05.2025-20.05.2025

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

1)gluten; 2)skorupiaki, 3)jaja; 4) ryby; 5) orzeszki ziemne; 6)soja; 7)mleko; 8)orzechy 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) lubin.

Legenda: (*) produkt zawiera wskazany alergen;(+) produkt może zawierać wskazany alergen.

	Wtorek, 13 maja 2025										
	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal	
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml	247	Kefir *7/200ml	102	Płatki owsiane na mleku (*7+1)	602	
	Ser żółty (*7) 50g	156	Pasta twarogowa z zieleniną (*7)70g	82	Pasta twarogowa z zieleniną (*7)70g	82	Pasta twarogowa z zieleniną (*7)60g	87	mleko w proszku (*7), miód, bułka pszen		
	Szynka drobiowa(*1+6+9+10)20g	19	Szynka drobiowa(*1+6+9+10)20g	19	Szynka drobiowa(*1+6+9+10)20g	19	Szynka drobiowa(*1+6+9+10)20g	19	Herbata 250ml		
	Ogórek 50g	6				Ogórek 50g	6				
	Rukola 5g	1	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Rukola 5g	1			
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Rukola 5g	1	Rukola 5g	1	Chleb razowy (*1)100g	1			
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	251			
	Herbata b/c 250ml		Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Herbata b/c 250ml	116			
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml					
II śniadanie	Pomarańcza 1szt./200g	112	Banan 1szt./120g	110	Banan 1szt./120g	110	Pomarańcza 1szt./200g Pestki dyni (+8) 10g	112 58	Mus owocowy 100%/100g	54	
Obiad	Zupa z fasolką szparagową naa wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml	256	Zupa koperkowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9)400ml	201	Zupa koperkowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9)400ml	201	Zupa z fasolką szparagową naa wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml	256	Zupa koperkowa (*7*9), ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625	
	Pierogi ruskie z nadzieniem twarogowo-ziemniaczanym okraszone masłem (*1*3*7)6szt./250g	545	Pierogi ruskie z nadzieniem twarogowo-ziemniaczanym okraszone masłem (*1*3*7)6szt./250g	545	Pierogi ruskie z nadzieniem twarogowo-ziemniaczanym okraszone masłem (*1*3*7)6szt./250g	545	Potrawka z kurczaka z warzywami (*1*7) 150g	221	Kompot owocowy 250ml		
	Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 70g	44	Marchew gotowana z masłem (*7)70g	32	Marchew gotowana z masłem (*7)70g	32	Ryż brązowy 200g	247		50	
	Kalafior gotowany 50g	16	Kalafior gotowany 50g	16	Kalafior gotowany 50g	16	Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 70g	44			
	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kalafior gotowany 50g	16			
							Woda 500ml				
Podwiecz	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g Otręby pszenne (*1) 10g	142 28	Serek wiejski (*7) 150g	142	
Kolacja	Salatka śledziowa z cebulką, jajkiem, ogórkiem kiszonym i natką pietruszki (*4*9) 120g	153	Pasta rybno-jajeczna z morszczukiem i koperkiem (*4*3) 70g	92	Pasta rybno-jajeczna z morszczukiem i koperkiem (*4*3) 70g	92	Pasta rybno-jajeczna z morszczukiem i koperkiem (*4*3) 70g	92	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	545	
	Pomidor 50g	9	Schab z kija (*1+6+9+10) 20g	32	Schab z kija (*1+6+9+10) 20g	32	Schab z kija (*1+6+9+10) 20g	32	Herbata 250ml		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	32	Pomidor 50g	9			
	Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g	116	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	9	Chleb razowy (*1) 100g	251			
	Herbata b/c 250ml		Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g	263	Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g	116			
			Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml	116	Herbata b/c 250ml				
Nocny	Bułka razowa z mix roślinnym, poledwica sopocką, jajkiem,salata i papryką (*7*1*6+9+10) 100g	188	Bułka pszenna z mix roślinnym, poledwica sopocką, jajkiem, salata i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	198	Bułka pszenna z mix roślinnym, poledwica sopocką jajkiem,salata i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	198	Bułka razowa z mix roślinnym, poledwica sopocką, jajkiem,salata i papryką (*1*7*6+9+10) 100g	188			
	Galaretka z owocami b/c 123g	100	Galaretka z owocami b/c 123g	100	Galaretka z owocami b/c 123g	100	Papryka słupki 100g	21			
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2598 Białko ogółem [g]: 119,34 Tłuszcz[g]: 84,87 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 332,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 42,09 Sód [g]: 2,65		Wartość energet. [kcal] 2454 Białko ogółem [g]: 112,04 Tłuszcz[g]: 79,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 335,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:30,12 Sód [g]: 2,44		Wartość energet. [kcal] 2454 Białko ogółem [g]: 112,04 Tłuszcz[g]: 79,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 335,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:30,12 Sód [g]: 2,44		Wartość energet. [kcal] 2456 Białko ogółem [g]: 110,11 Tłuszcz[g]: 74,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 310,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:39,99 Sód [g]: 2,42		Wartość energet. [kcal]2036 Białko ogółem [g] 66,45 Tłuszcz[g] 55.12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 290.34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 1,52		

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

11.05.2025-20.05.2025

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

1)gluten; 2)skorupiaki, 3)jaja; 4) ryby; 5) orzeszki ziemne; 6)soja; 7)mleko; 8)orzechy 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) łubin.

Legenda: (*) produkt zawiera wskazany alergen;(+) produkt może zawierać wskazany alergen.

	Środa, 14 maja 2025										
	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal	
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1) 350ml	256	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1) 350ml	256	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1) 350ml	256	Jogurt naturalny *7/100g	60	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1),	602	
	Chleb mieszany, ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	251	mleko w (*7*1),		
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	mleko w proszku (*7),		
	Jajko w sosie koperkowym (*7*3) 50g/30ml	95	Jajko w sosie koperkowym (*7*3) 50g/30ml	95	Szynkowa drobiowa(*9*10+1) 60g	62	Jajko w sosie koperkowym (*7*3) 50g/30ml	95	miód, bułka pszenna (*1) 450ml		
	Szynkowa drobiowa(*9*10+1) 40g	35	Szynkowa drobiowa(*9*10+1) 40g	35	Serek śmietankowy 1szt./17g (*7)	47	Szynkowa drobiowa(*9*10+1) 40g	35	Herbata 250ml		
	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9			
	Kiełki rzodkiewki 5g	1	Salata 1 liść/ 5g	1	Salata 1 liść/ 5g	1	Kiełki rzodkiewki 5g	1			
	Herbata b/c 250ml		Herbatab/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata bez cukru 250ml				
II śniadanie	Mandarynka 120g	45	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Mandarynka 120g Pestki słonecznika (+8) 10g	45 54	Mus owocowy 100%/100g	54	
Obiad	Zupa pomidorowa na wtywarze mięsno-warzywnym z makaronem (*1*7*9) 400ml	256	Zupa pomidorowa na wtywarze mięsno-warzywnym z makaronem (*1*7*9) 400ml	256	Zupa pomidorowa na wtywarze mięsno-warzywnym z makaronem (*1*7*9) 400ml	256	Zupa pomidorowa na wtywarze mięsno-warzywnym z makaronem pełnoziarnistym (*1*7*9) 400ml	247	Zupa pomidorowa (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625 50	
	Pulpet z mięsa drobiowowieprzowego w sosie pieczarkowym (*1*7*9) 100g/50ml	255	Pulpet z mięsa drobiowowieprzowego w sosie szpinakowym (*1*7*9) 100g/50ml	225	Pulpet z mięsa drobiowowieprzowego w sosie szpinakowym (*1*7*9) 100g/50ml	225	Pulpet z mięsa drobiowowieprzowego w sosie pieczarkowym (*1*7*9) 100g/50ml	255			
	Ziemniaki 200g	156	Ziemniaki 200g	42	Ziemniaki 200g	42	Ziemniaki 200g	142			
	Salatka szwedzka z olejem rzepakowym 70g	25	Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 70g	14	Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 70g	14	Salatka szwedzka z olejem rzepakowym 70g	25	Kompot wieloowocowy 250ml		
	Cukinia gotowana 50g	14	Cukinia gotowana 50g	50	Cukinia gotowana 50g	50	Cukinia gotowana 50g	14			
	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml		Kompot wieloowocowy 250ml		Woda 500ml				
Podwieczor	Galaretka z owocami bez cukru 123g	100	Galaretka z owocami bez cukru 123g	100	Galaretka z owocami bez cukru 123g	100	Kefir (*7) 200ml	102	Jogurt naturalny (*7) 150g	90	
Kolacja	Twarożek z koperkiem (*7) 70g	86	Twarożek z koperkiem (*7) 70g	86	Twarożek z koperkiem (*7) 70g	86	Twarożek z koperkiem (*7) 70g	86	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	545	
	Dżem truskawkowy 25g	40	Dżem truskawkowy 25g	40	Dżem truskawkowy 25g	40	Szynka drobiowa (*6+7+9) 30g	29			
	Papryka 50g	10	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Papryka 50g	10			
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g	251			
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83% (*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83% (*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116			
Nocny	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml				
	Kanapka tostowa razowa z szynką drobiową, mozzarellą, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Banan 120g	203 110	Kanapka tostowa pszenna z szynką drobiową ,mozzarellą, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Mandarynka 120g	213 45	Kanapka tostowa pszenna z szynką, mozzarella, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Mandarynka 120g	213 45	Kanapka tostowa razowa z szynką drobiową , mozzarellą, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Pomidor 100g	203 18			
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2532 Białko ogółem [g]: 109,76 Tłuszcz[g]: 84,34 w tym tłuszcze nasycone[g]: 30,23 Węglowodany ogółem[g]: 333,56 w tym cukry[g]: 58,23 Błonnik[g]: 36,03 Sód [g]: 2,42		Wartość energet. [kcal] 2456 Białko ogółem [g]: 107,02 Tłuszcz[g]: 71,97 w tym tłuszcze nasycone[g]: 25,11 Węglowodany ogółem[g]: 342,12 w tym cukry[g]: 58,45 Błonnik[g]: 25,03 Sód [g]: 2,31		Wartość energet. [kcal] 2432 Białko ogółem [g]: 100,12 Tłuszcz[g]: 68,11 w tym tłuszcze nasycone[g]: 25,11 Węglowodany ogółem[g]: 344,12 w tym cukry[g]: 58,45 Błonnik[g]: 25,03 Sód[g]: 2,27		Wartość energet. [kcal] 2459 Białko ogółem [g]: 102,23 Tłuszcz[g]: 70,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,03 Węglowodany ogółem[g]: 310,82 w tym cukry[g]:41,23 Błonnik[g]: 36,09 Sód [g]:2,12		Wartość energet. [kcal]1966 Białko ogółem [g] 69,45 Tłuszcz[g] 64,12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 291.34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 2,02		

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

11.05.2025-20.05.2025

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

1)gluten; 2)skorupiaki, 3)jaja; 4) ryby; 5) orzeszki ziemne; 6)soja; 7)mleko; 8)orzechy 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) łubin.

Legenda: (*) produkt zawiera wskazany alergen;(+) produkt może zawierać wskazany alergen.

	Czwartek, 15 maja 2025								
	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kcal	Dieta papkowata(12)
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku (*7+1) 350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1) 350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1) 350ml	247	Półdewica drobiowa (+1+9+10+11) 30g	28	Płatki owsiane na mleku (*7),
	Paszтет zapiekany drobiowo-wieprzowy (*1*3*9+7+6) 60g	156	Półdewica wieprzowa (+1+9+10+11) 60g	65	Półdewica wieprzowa (+1+9+10+11) 60g	65	Paszтет zapiekany drobiowo-wieprzowy (*1*3*9+7+6) 60g	156	mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml
	Ser żółty(*7) 20g	70	Mozzarella plastry *7/20g	56	Mozzarella plastry *7/20g	56	Mozzarella plastry *7/20g	56	Herbata 250ml
	Ogórek kiszony 50g	6	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Ogórek kiszony 50g	6	
	Roszonka 5g	1	Chleb pszenny (*1)100g	263	Roszonka 5g	1	Roszonka 5g	1	
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Chleb razowy (*1)100g	251	
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	
	Herbata b/c 250ml						Herbata b/c 250ml		
II śniadanie	Gruszka 160g/1szt	85	Banan 120g	110	Banan 120g	110	Gruszka 160g/1szt	85	Jogurt owocowy (*7) 150g
							Pestki dyni (+8) 10g	58	
Obiad	Zupa fasolowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml	285	Zupa jarzynowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml	242	Zupa jarzynowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml	242	Zupa fasolowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml	285	Zupa jarzynowa (*7,*9), ziemniaki, mięso wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml
	Spaghetti po bolońsku z sosem drobiowo-wieprzowym z pomidorami i ziołami prowansalskimi (*1*9) 300g	431	Spaghetti po bolońsku z sosem drobiowo-wieprzowym z pomidorami i ziołami prowansalskimi (*1*9) 300g	431	Spaghetti po bolońsku z sosem drobiowo-wieprzowym z pomidorami i ziołami prowansalskimi (*1*9) 300g	431	Spaghetti z makaronem razowym po bolońsku z sosem drobiowo-wieprzowym z pomidorami i ziołami prowansalskimi (*1*9) 300g	490	Kompot wieloowocowy 250ml
	Jabłko 150g	75	Banan 150g	110	Banan 150g	110	Jabłko 150g	75	
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Salata z oliwą 50g	38	
							Woda 500ml		
Podwie	Jogurt owocowy (*7) 150g	125	Jogurt owocowy (*7) 150g	125	Jogurt owocowy (*7) 150g	125	Jogurt naturalny (*7) 150g	90	Mus owocowy 100%/100g
							Pestki słonecznika (+8) 10g	54	
Kolacja	Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym i szynką wieprzową (*9) 200g	156	Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym i szynką wieprzową (*9) 200g	156	Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym i szynką wieprzową (*9) 200g	156	Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym i szynką wieprzową (*9) 200g	156	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml
	Ogórek 50g	6	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Ogórek 50g	6	Herbata 250ml
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	14	Chleb pszenny (*1)100g	14	Chleb razowy (*1)100g	251	
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g	116	
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c250ml		Herbata b/c 250ml		
Nocny	Kanapka tostowa razowa z szynką, twarożkiem, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	184	Kanapka tostowa pszenna z szynką, twarożkiem, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	194	Kanapka tostowa pszenna z szynką, twarożkiem, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	194	Kanapka tostowa razowa z szynką, twarożkiem, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	143	
	Rzodkiew biała talarki 100g	22	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Rzodkiew biała talarki 100g	22	
WARTOŚCI	Wartość energet. [kcal] 2402		Wartość energet. [kcal] 2349		Wartość energet. [kcal] 2349		Wartość energet. [kcal] 2331		Wartość energet. [kcal]2089
	Białko ogółem [g]: 125,34		Białko ogółem [g]: 109,98		Białko ogółem [g]: 109,98		Białko ogółem [g]:109,63		Białko ogółem [g] 77,45
	Tłuszcz[g]: 85,87		Tłuszcz[g]: 75,12		Tłuszcz[g]: 75,12		Tłuszcz[g]: 78,123		Tłuszcz[g] 65,34
	w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05		w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56		w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56		w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03		w tym nasycone [g] 19,23
	Węglowodany ogółem[g]: 335,07		Węglowodany ogółem[g]: 332,23		Węglowodany ogółem[g]: 332,23		Węglowodany ogółem[g]: 316,12		Węglowodany ogółem [g] 302.34
	w tym cukry[g]: 50,65		w tym cukry[g]: 50,245		w tym cukry[g]: 50,245		w tym cukry[g]: 41,64		W tym cukry [g] 31,22
	Błonnik[g]: 45,09		Błonnik[g]:32,12		Błonnik[g]:32,12		Błonnik[g]:40,99		Błonnik[g] 24,45
	Sód[g]: 2,34		Sód[g]: 2,12		Sód[g]: 2,12		Sód[g]: 2,32		Sód [g] 3,11

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

11.05.2025-20.05.2025

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

1)gluten; 2)skorupiaki, 3)jaja; 4) ryby; 5) orzeszki ziemne; 6)soja; 7)mleko; 8)orzechy 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) łubin.

Legenda: (*) produkt zawiera wskazany alergen;(+) produkt może zawierać wskazany alergen.

	Piątek, 16 maja 2025										
	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal	
Śniadanie	Płatki jaglane na mleku (*7)350ml	255	Płatki jaglane na mleku (*7)350ml	255	Płatki jaglane na mleku (*7)350ml	255	Serek kanapkowy haga *7/17g	47	Płatki jaglane na mleku (*7),	602	
	Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 70g	112	Pasta jajeczna z koperkiem(*3) 70g	102	Pasta z białek jaj z koperkiem (*3) 70g	82	Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 70g	112	mleko w proszku (*7),		
	Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g	40	Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g	40	Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g	40	Szynka z indyka 75%(*9*10) 20g	19	miód, bułka pszenna (*1)		
	Papryka 50g	10	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Papryka 50g	10	450ml		
	Rukola 5g	1	Rukola 5g	1	Rukola 5g	1	Rukola 5g	251			
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	116	Herbata z cukrem 250ml		
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g				
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml				
II śniadanie	Pomarańcza 1szt./200g	112	Mus owocowy 100%.100g	54	Mus owocowy 100%.100g	54	Pomarańcza 1szt./200g Migdały (*8) 10g	112 65	Sok buraczano-jabłkowy 300ml	111	
Obiad	Zupa ogórkowa na wywarze mięsno-warzywnym z ryżem (*7*9) 400ml	265	Zupa marchwianka wywarze mięsno-warzywnym z ryżem (*7*9) 400ml	221	Zupa marchwianka wywarze mięsno-warzywnym z ryżem (*7*9) 400ml	221	Zupa ogórkowa na wywarze mięsno-warzywnym z ryżem brązowym (*7*9) 400ml	254	Zupa marchwianka (*7,*9), ziemniaki,	625	
	Filet z dorsza panierowany i smażony z sosem po grecku (*1*3*4*9) 100g/50ml	285	Filet rybny z dorsza parowany z masłem i koperkiem w sosie po grecku (*4*7*9) 100g/50ml	235	Filet rybny z dorsza parowany z masłem i koperkiem w sosie po grecku (*4*7*9) 100g/50ml	235	Filet rybny z dorsza parowany z masłem i koperkiem w sosie po grecku (*4*7*9) 100g/50ml	235	mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml		
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142			
	Surówka z kiszonej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 70g	56	Cukinia gotowana z masłem (*7) 70g	35	Cukinia gotowana z masłem (*7) 70g	35	Surówka z kiszonej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 70g	56	Kompot wieloowocowy 250ml	50	
	Brokuł gotowany 50g	16	Brokuł gotowany 50g	18	Brokuł gotowany 50g	16	Brokuł gotowany 50g	16			
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml	50			
	Kefir (*7) 200ml	102	Kefir (*7) 200ml	102	Kefir (*7) 200ml	102	Kefir (*7) 200ml Pestki dyni (+8) 10g	102 54	Kefir (*7) 200ml	102	
Kolacja	Salatka jarzynowa z jogurtem (*3*7*9) 100g	123	Salatka jarzynowa z jogurtem (*3*7*9) 100g	123	Salatka jarzynowa z jogurtem (*3*7*9) 100g	123	Salatka jarzynowa z jogurtem (*3*7*9) 100g	123	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew,	545	
	Półdewica wiśniowa wieprzowa (*1+6+9+10) 40g	42	Półdewica wiśniowa wieprzowa (*1+6+9+10) 40g	42	Półdewica wiśniowa wieprzowa (*1+6+9+10) 40g	42	Półdewica wiśniowa wieprzowa (*1+6+9+10) 40g	42	pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml		
	Ogórek kiszony 50g	6	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	ogórek kiszony 50g	6	Herbata 250ml		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g	251			
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g	116			
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c250ml		Herbata b/c 250ml				
	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, mozzarellą , szynką wieprz., sałatą i papryką (*7*1*6+9+10) 100g	203	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, szynką wieprz.,sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	213	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, szynką wieprz ,sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	213	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, mozzarellą, szynką wieprz , sałatą i papryką (*1*7*6+9+10) 100g	203			
	Pomidor 1szt./100g	18	Galaretki owocowa 123g	100	Galaretki owocowa 123g	100	Pomidor 1szt./100g	18			
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2502 Białko ogółem [g]: 123,04 Tłuszcz[g]: 76,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 324,23 w tym cukry[g]: 46,245 Błonnik[g]:39,12 Sód[g]: 2,55		Wartość energet. [kcal] 2437 Białko ogółem [g]: 112,34 Tłuszcz[g]: 68,45 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,56 Węglowodany ogółem[g]: 331,34 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:32,35 Sód [g]: 2,42		Wartość energet. [kcal]2417 Białko ogółem [g]: 111,22 Tłuszcz[g]: 68,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 15,56 Węglowodany ogółem[g]: 330,98 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:30,12 Sód[g]: 2,39		Wartość energet. [kcal] 2255 Białko ogółem [g]:98,99 Tłuszcz[g]: 60,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 292,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:40,11 Sód [g]: 2,22		Wartość energet. [kcal]2004 Białko ogółem [g] 65,45 Tłuszcz[g] 45.12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 280.34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 2,02		

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

11.05.2025-20.05.2025

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

1)gluten; 2)skorupiaki, 3)jaja; 4) ryby; 5) orzeszki ziemne; 6)soja; 7)mleko; 8)orzechy 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) łubin.

Legenda: (*) produkt zawiera wskazany alergen;(+) produkt może zawierać wskazany alergen.

	Sobota, 17 maja 2025										
	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal	
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml	247	Jogurt naturalny (*7) 100ml	60	Płatki owsiane na mleku (*7+1) , mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	602	
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	251			
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116			
	Szynka wieprzowa (+1+9+10) 60g	62	Szynka drobiowa (+9+10+11) 60g	62	Szynka drobiowa (+9+10+11) 60g	62	Szynka wieprzowa (+1+9+10) 60g	62			
	Mozzarella (*7) 20g		Mozzarella (*7) 20g		Mozzarella (*7) 20g		Mozzarella (*7) 20g				
	Pomidor 50g	56	Pomidor 50g	56	Pomidor 50g	56	Pomidor 50g	56	Herbata 250ml		
	Roszponka 5g	9	Roszponka 5g	9	Roszponka 5g	9	Roszponka 5g	9			
	Herbata b/c 250ml	1	Herbata b/c 250ml	1	Roszponka 5g Herbata b/c 250ml	1	Herbata bez cukru 250ml	1			
II śniadanie	Mandarynka 120g	45	Mandarynka 120g	45	Mandarynka 120g	45	Mandarynka 120g Pestki słonecznika (+8) 10g	45 54	Mus owocowy bez cukru 100%/100ml	54	
Obiad	Zupa jarzynowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml	242	Zupa jarzynowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml	242	Zupa jarzynowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml	242	Zupa jarzynowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml	242	Zupa jarzynowa(*7,*9), ziemniaki, Mięso drobiowe parowane, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625	
	Sos szpinakowy z piersią kurczaka (*1*7*9) 150g	234	Sos szpinakowy z piersią kurczaka (*1*7*9) 150g	234	Sos szpinakowy z piersią kurczaka (*1*7*9) 150g	234	Sos szpinakowy z piersią kurczaka (*1*7*9) 150g	234			
	Kasza jęczmienna (*1) 200g	218	Kasza jęczmienna (*1) 200g	218	Kasza jęczmienna (*1) 200g	218	Kasza jęczmienna (*1) 200g	218			
	Surówka z czerwonej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 70g	62	Marchewka gotowana z masłem (*7) 70g	35	Marchewka gotowana z masłem (*7) 70g	35	Surówka z czerwonej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 70g	62	Kompot wieloowocowy 250ml	50	
	Salata z oliwą 50g	32	Salata z oliwą 50g	32	Salata z oliwą 50g	32	Salata z oliwą 50g	32			
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml				
Podw	Salatka warzywna z ciecierzycą i fetą z olejem rzepakowym (*7) 120g	78	Mus owocowy 100% owoców bez cukru 100g	54	Mus owocowy 100% owoców bez cukru 100g	54	Salatka warzywna z ciecierzycą i fetą z olejem rzepakowym (*7) 120g	78	Jogurt owocowy (*7) 100g	102	
Kolacja	Pasta rybna z łososiem i twarogiem z koperkiem (*4*7) 70g	92	Pasta rybna z łososiem i twarogiem z koperkiem (*4*7) 70g	92	Pasta rybna z łososiem i twarogiem z koperkiem (*4*7) 70g	92	Pasta rybna z łososiem i twarogiem z koperkiem (*4*7) 70g	92	Mięso drobiowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	545	
	Miód 15g	40	Miód 15g	40	Miód 15g	40	Schab z kija (*1+6+9+10) 20g	32			
	Ogórek 50g	6	Cukinia parzona 50g	7	Cukinia parzona 50g	7	Ogórek 50g	6			
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	251			
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116			
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata bez cukru 250ml				
Nocny	Kanapka tostowa razowa z szynką drobiową, twarogiem, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	184	Kanapka tostowa pszenna z szynką drobiową, twarogiem, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	194	Kanapka tostowa pszenna z szynką, twarogiem, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	194	Kanapka tostowa razowa z szynką drobiową, twarogiem, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	184			
	Papryka słupki100g	22	Sok owocowy 300ml	99	Sok owocowy 300ml	99	Papryka słupki 100g	22			
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2458 Białko ogółem [g]: 118,54 Tłuszcz[g] 87,123 w tym nasycone [g] 31,12 Węglowodany ogółem [g] 321,99 W tym cukry [g] 59,23 Błonnik[g] 44,65 Sód[g] 2,54		Wartość energet. [kcal] 2426 Białko ogółem [g]: 119,66 Tłuszcz[g]: 78,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 325,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 32,12 Sód [g]: 2,16		Wartość energet. [kcal]2426 Białko ogółem [g]: 119,66 Tłuszcz[g]: 78,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 325,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 32,12 Sód [g]: 2,16		Wartość energet. [kcal] 2301 Białko ogółem [g]: 111,63 Tłuszcz[g]: 80,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,03 Węglowodany ogółem[g]: 317,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:45,99 Sód [g]: 2,44		Wartość energet. [kcal]2021 Białko ogółem [g] 80,45 Tłuszcz[g] 58,54 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 299,63 W tym cukry [g] 39,12 Błonnik[g] 24,54 Sód [g] 1,78		

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

11.05.2025-20.05.2025

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

1)gluten; 2)skorupiaki, 3)jaja; 4) ryby; 5) orzeszki ziemne; 6)soja; 7)mleko; 8)orzechy 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) łubin.

Legenda: (*) produkt zawiera wskazany alergen;(+) produkt może zawierać wskazany alergen.

	Niedziela, 18 maja 2025										
	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal	
Śniadanie	Kasza manna na mleku (*1*7) 400ml	245	Kasza manna na mleku (*1*7) 400ml	245	Kasza manna na mleku (*1*7) 400ml	245	Kefir (*7) 200ml	102	Kasza manna na mleku (*7*1),	602	
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	251	mleko w		
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	proszku (*7),		
	Połędwica Jana wieprzowa (+6+9+10) 60g	65	Połędwica Jana wieprzowa (+6+9+10) 60g	65	Połędwica Jana wieprzowa (+6+9+10) 60g	65	Połędwica Jana wieprzowa (+6+9+10) 60g	65	miód, bułka pszenna (*1)		
	Serek kanapkowy 1szt./17g(*7)	47	Serek kanapkowy 1szt./17g(*7)	47	Serek kanapkowy 1szt./17g(*7)	47	Serek kanapkowy haga 1szt./17g(*7)	47	450ml		
	Ogórek 50g	6	Pomidor 50g	9	Ogórek 50g	9	Ogórek 50g	6	Herbata 250ml		
	Kielki rzodkiewki 5g	1	Liść sałaty 5g	1	Pomidor 50g	1	Kielki rzodkiewki 5g	1			
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Liść sałaty 5g		Herbata bez cukru 250ml				
II śniadanie	Babka drożdżowa(*1*3*7+6) 50g	152	Babka drożdżowa(*1*3*7+6) 50g	152	Babka drożdżowa(*1*3*7+6) 50g	152	Gruszka 160g Pestki dyni (+8) 10g	85 56	Mus owocowy 100% 100g	54	
Obiad	Rosół na wywarze mięsno - warzywnym z makaronem (*1*3*9) 400ml	186	Rosół na wywarze mięsno - warzywnym z makaronem (*1*3*9) 400ml	186	Rosół na wywarze mięsno -warzywnym z makaronem (*1*3*9) 400ml	186	Rosół na wywarze mięsno - warzywnym z makaronem brązowym (*1*3*9) 400ml	184	Rosół (*9) ziemniaki, mięso wieprzowe ,	625	
	Kotlet drobiowy panierowany i smażony (*1*3) 100g	302	Pierś z kurczaka gotowana z ziołami w sosie warzywnym 100g/50ml(*1*7)	223	Pierś z kurczaka gotowana z ziołami w sosie warzywnym 100g/50ml(*1*7)	223	Pierś z kurczaka gotowana z ziołami w sosie warzywnym 100g/50ml(*1*7)	223	mleko w proszku (*7), śmietana (*7)		
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	450ml		
	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g	45	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g	45	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g	45	Surówka z buraka i jabłka z olejem rzepakowym 70g	44	Kompot owocowy 250ml	50	
	Fasolka szparagowa 50g	14	Szpinak gotowany 50g	11	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g	45	Fasolka szparagowa 50g	14			
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Szpinak gotowany 50g	11	Woda 500ml				
Podwie	Jogurt naturalny (*7) 150g	90	Jogurt naturalny (*7) 150g	90	Jogurt naturalny (*7) 150g	90	Jogurt naturalny (*7) 150g Otręby pszenne (*1) 10g	90 32	Jogurt naturalny (*7) 150g	90	
Kolacja	Risotto z kurczakiem i warzywami na ciepło (*9) 200g	243	Risotto z kurczakiem i warzywami na ciepło (*9) 200g	243	Risotto z kurczakiem i warzywami na ciepło (*9) 200g	243	Risotto z ryżu brązowego z kurczakiem i warzywami na ciepło (*9) 200g	221	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9),	545	
	Papryka 50g	6	Cukinia parzona 50g	7	Cukinia parzona 50g	7	Papryka 50g	6	marchew, pietruszka,		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 50g	131	Chleb pszenny (*1) 50g	133	Chleb pszenny (*1) 50g	133	Chleb razowy (*1) 50g	126	oliwa, masło (*7), kasza manna (*1)		
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	450ml		
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, połędwicą sopocką, jajkiem, sałatą i papryką (*7*1*6+9+10) 100g	188	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, połędwicą sopocką, jajkiem, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	198	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, połędwicą sopocką, jajkiem, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	198	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, połędwicą sopocką, jajkiem, sałatą i papryką (*1*7*6+9+10) 100g	188	Herbata 250ml		
	Gruszka 150g	85	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%.100g	54	Rzodkiew biała talarki 100g	23			
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2402 Białko ogółem [g]: 112,04 Tłuszcz[g]: 91,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 335,23 w tym cukry[g]: 46,245 Błonnik[g]:40,12 Sód[g]: 2,33		Wartość energet. [kcal] 2298 Białko ogółem [g]: 103,22 Tłuszcz[g]: 72,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 15,02 Węglowodany ogółem[g]: 345,11 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:32,12 Sód [g]: 2,12		Wartość energet. [kcal]2298 Białko ogółem [g]: 103,22 Tłuszcz[g]: 72,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 15,02 Węglowodany ogółem[g]: 345,11 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:32,12 Sód [g]: 2,12		Wartość energet. [kcal] 2201 Białko ogółem [g] 104,53 Tłuszcz[g] 75,96 w tym nasycone [g] 23,12 Węglowodany ogółem [g] 302,55 W tym cukry [g] 43,23 Błonnik[g] 43,30 Sód[g] 2,02		Wartość energet. [kcal]2014 Białko ogółem [g] 74,45 Tłuszcz[g] 50.54 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 292,63 W tym cukry [g] 31,12 Błonnik[g] 24,54 Sód [g] 1,78		

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

11.05.2025-20.05.2025

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

1)gluten; 2)skorupiaki, 3)jaja; 4) ryby; 5) orzeszki ziemne; 6)soja; 7)mleko; 8)orzechy 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) łubin.

Legenda: (*) produkt zawiera wskazany alergen;(+) produkt może zawierać wskazany alergen.

	Poniedziałek, 19 maja 2025										
	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal	
Śniadanie	Płatki jaglane na mleku (*)7)350ml	255	Płatki jaglane na mleku (*)7)350ml	255	Płatki jaglane na mleku (*)7)350ml	255	Polędwica drobiowa (+1+9+10+11) 30g	35	Płatki jaglane na mleku (*7),	602	
	Paszтет zapiekany drobiowy z suszonymi pomidorami	156	Polędwica drobiowa (+1+9+10+11) 60g	52	Polędwica drobiowa (+1+9+10+11) 60g	52	Paszтет zapiekany z suszonymi pomidorami	156	mleko w proszku (*)7), miód,		
	(*1*3*9+7+6) 50g		Dżem truskawkowy 25g	40	Dżem truskawkowy 25g	40	(*1*3*9+6) 50g		suchary (*1)		
	Ser żółty(*)7) 20g	70	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Mozzarella (*7) 30g	56	450ml		
	Ogórek kiszony 50g	6	Roszponka 5g	1	Roszponka 5g	1	Ogórek kiszony 50g	6			
	Roszponka 5g	1	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Roszponka 5g	1	Herbata 250ml		
	Chleb mieszany ziarnisty (*)1)100g	261	Mix śniadaniowe		Mix śniadaniowe		Chleb razowy (*1)100g	251			
Mix śniadaniowe kanapkowe(*)7) 20g	116	kanapkowe(*)7) 20g	116	kanapkowe(*)7) 20g	116	Mix śniadaniowe					
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml	116				
II śniada nie	Banan 1szt./150g	110	Banan 1szt./150g	110	Banan 1szt./150g	110	Pomarańcza 200g Orzechy włoskie (*8)10g	112 68	Jogurt naturalny (*) 150g	90	
Obiad	Kapuśniak na wywarze mięsno -warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml	235	Zupa koperkowa na wywarze mięsno - warzywnym z ziemniakami (*)7*9) 500ml	223	Zupa koperkowa na wywarze mięsno - warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml	223	Kapuśniak na wywarze mięsno -warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml	235	Zupa koperkowa (*)7,*9),	625	
	Gulasz z szynki w sosie własnym (*1*7*9) 150g	268	Gulasz z szynki w sosie własnym (*1*7*9) 150g	268	Gulasz z szynki w sosie własnym (*1*7*9) 150g	268	Gulasz z szynki w sosie własnym (*1*7*9) 150g	268	ziemniaki, mięso drobiowe, mleko		
	Kasza gryczana 200g	242	Kasza jęczmienna (*1) 200g	236	Kasza jęczmienna (*1) 200g	236	Kasza gryczana 200g	242	w proszku (*7),		
	Surówka z czerwonej kapusty z olejem	56	Bukiet warzyw gotowany z masłem *7 70g	45	Kasza jęczmienna (*1) 200g	236	Surówka z czerwonej kapusty z olejem	56	śmietana (*7) 450ml		
	rzepakowym 70g	14	Cukinia parowana 50g	14	Bukiet warzyw gotowany z masłem *7 70g	45	rzepakowym 70g	14	Kompot		
	Cukinia parowana 50g	14	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Cukinia parowana 50g	14	Cukinia parowana 50g	14	wieloowocowy 250ml	50	
	Kompot wieloowocowy 250ml	50			Kompot wieloowocowy 250ml	50	Woda 500ml				
Podwie	Ciastka zbożowe z owocami leśnymi (*1) 25g	116	Galaretka z owocami bez cukru 123g	100	Galaretka z owocami bez cukru 123g	100	Salatka ze świeżych warzyw z fetą i olejem rzepakowym (*7) 150g	76	Mus owocowy bez cukru (*7) 100g	90	
Kolacja	Pasta twarogowa z natką pietruszki (*7) 60g	72	Pasta twarogowa z natką pietruszki (*7) 60g	72	Pasta twarogowa z natką pietruszki (*7) 60g	72	Pasta twarogowa z natką pietruszki (*7) 60g	72	Mięso wieprzowe,	545	
	Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 30g	35	Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 30g	35	Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 30g	35	Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 30g	35	jajko(*3),		
	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	seler(*9),		
	Chleb mieszany ziarnisty (*)1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	251	marchew, pietruszka, oliwa,		
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Herbata 250ml		
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml					
Nocny	Bułka razowa z mix roślinnym, połędwicą drobiową, mozzarellą sałatą i ogórkiem (*1*6*7+9+10) 100g	203	Bułka pszenna z mix roślinnym, połędwicą drobiową, mozzarellą sałatą i pomidorem (*1*6*7+9+10) 100g	213	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, połędwicą drobiową, mozzarellą sałatą i pomidorem (*1*6*7+9+10) 100g	213	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, połędwicą drobiową, mozzarellą sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g	203			
	Mandarynka 120g	45	Mandarynka 120g	45	Mandarynka 120g	45	Pomidor 1szt./100g	18			

WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2483 Białko ogółem [g] 122,43 Tłuszcz[g] 84,34 w tym nasycone [g] 29,12 Węglowodany ogółem [g] 322,13 W tym cukry [g] 59,23 Błonnik[g] 42,65 Sód [g] 2,52	Wartość energet. [kcal] 2425 Białko ogółem [g]: 109,66 Tłuszcz[g]: 80,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 325,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 32,12 Sód [g]: 2,16	Wartość energet. [kcal]2425 Białko ogółem [g]: 109,66 Tłuszcz[g]: 80,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 325,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 32,12 Sód [g]: 2,16	Wartość energet. [kcal] 2365 Białko ogółem [g]: 110,89 Tłuszcz[g]: 80, 65 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,03 Węglowodany ogółem[g]: 311,82 w tym cukry[g]:47,23 Błonnik[g]: 44,09 Sód[g]:2,32	Wartość energet. [kcal]2002 Białko ogółem [g] 90,45 Tłuszcz[g] 57,54 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 292,63 W tym cukry [g] 31,12 Błonnik[g] 24,54 Sód [g] 2,02
-------------------	--	--	---	---	---

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

11.05.2025-20.05.2025

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

1)gluten; 2)skorupiaki, 3)jaja; 4) ryby; 5) orzeszki ziemne; 6)soja; 7)mleko; 8)orzechy 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) lubin.

Legenda: (*) produkt zawiera wskazany alergen;(+) produkt może zawierać wskazany alergen.

	Wtorek, 20 maja 2025										
	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal	
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1)350ml	256	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1)350ml	256	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1)350ml	256	Jogurt naturalny (*7) 100g	60	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	602	
	Pasta jajeczna z koperkiem (*3) 70g	102	Pasta jajeczna z koperkiem(*3) 70g	102	Pasta z białek jaj z koperkiem (*3) 70g	82	Pasta jajeczna z koperkiem (*3) 70g	102			
	Szynka drobiowa(*9*10) 20g	19	Szynka drobiowa(*9*10) 20g	19	Szynka drobiowa(*9*10) 20g	19	Szynka drobiowa(*9*10) 20g	19			
	Rzodkiew biała 50g	7	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Rzodkiew biała 50g	7			
	Roszponka 5g	1	Roszponka 5g	1	Roszponka 5g	1	Roszponka 5g	1			
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	251	Herbata z cukrem 250ml		
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116			
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml				
II śniadanie	Jabłko 1szt./160g	75	Mus owocowy 100% owoców 100g	54	Mus owocowy 100% owoców 100g	54	Jabłko 1szt./160g Migdały (*8) 10g	75 62	Mus owocowy z jabłkiem, brzoskwinia bez cukru (*7) 125g	90	
Obiad	Zupa kalafiorowa z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml	242	Zupa kalafiorowa z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym(*1*7*9) 400ml	242	Zupa kalafiorowa z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym(*1*7*9) 400ml	242	Zupa kalafiorowa z makaronem razowym na wywarze mięsno-warzywnym(*1*7*9) 400ml	232	Zupa kalafiorowa (*7,*9), ziemniaki, Mięso drobiowe parowane, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625	
	Gołąbek bez zawijania z kapustą, ryżem i mięsem drobiowo-wieprzowym w sosie pomidorowym pieczony (*1*7*9) 100g/50ml	276	Pulpet z mięsa drobiowo-wieprzowego w sosie pomidorowym (*1*7*9) 90g/50ml	232	Pulpetz mięsa drobiowo-wieprzowego w sosie pomidorowym (*1*7*9) 90g/50ml	232	Gołąbek bez zawijania z kapustą, ryżem i mięsem drobiowo-wieprzowym w sosie pomidorowym pieczony (*1*7*9) 100g/50ml	276	Kompot wieloowocowy 250ml	50	
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142			
	Sałatka szwedzka z ogórka z olejem rzepakowym 70g	23	Marchewka gotowana z masłem (*7) 70g	38	Marchewka gotowana z masłem (*7) 70g	38	Sałatka szwedzka z ogórka z olejem rzepakowym 70g	23			
	Brokuł gotowany 50g	15	Brokuł gotowany 50g	15	Brokuł gotowany 50g	70	Brokuł gotowany 50g	18			
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml				
Podwieczerek	Serek homogenizowany owocowy 150g	154	Serek homogenizowany owocowy 150g	154	Serek homogenizowany owocowy 150g	154	Kefir (*7) 200ml	102	Serek wiejski (*7) 150g	145	
Kolacja	Polędwica wieprzowa (+6+9+10) 50g	62	Polędwica wieprzowa (+6+9+10) 50g	62	Polędwica wieprzowa (+6+9+10) 50g	62	Polędwica wieprzowa (+6+9+10) 50g	62	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	545	
	Pasta z gotowanej fasoli z przyprawami 50g	55	Serek kanapkowy twarogowy (*7) 1szt./17g	47	Serek kanapkowy twarogowy (*7) 1szt./17g	47	Pasta z gotowanej fasoli z przyprawami 50g	55			
	Ogórek 50g	6	Cukinia parzona 50g	7	Cukinia parzona 50g	7	Ogórek 50g	6			
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	251			
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116			
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml				
Nocny	Bułka razowa z mix roślinnym, polędwicą wieprzową, serem mozzarella, sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g	213	Bułka pszenna z mix roślinnym, polędwicą drobiową, mozzarellą,salaatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	208	Bułka pszenna z mix roślinnym, polędwicą drobiową, sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	208	Bułka razowa z mix roślinnym, polędwicą wieprzową, serem mozzarella,salaatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g	213			
	Gruszka 1 szt 150g	85	Sok warzywny 300ml	42	Sok warzywny 300ml	42	Marchewka ze słonecznikiem 120g	55			

WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2571 Białko ogółem [g]: 103,15 Tłuszcz[g]: 77,34 w tym tłuszcze nasycone[g]: 30,23 Węglowodany ogółem[g]: 315,56 w tym cukry[g]: 58,23 Błonnik[g]: 38,93 Sód [g]: 2,56	Wartość energet. [kcal] 2411 Białko ogółem [g]: 100,78 Tłuszcz[g]: 64,97 w tym tłuszcze nasycone[g]: 25,11 Węglowodany ogółem[g]: 322,12 w tym cukry[g]: 58,45 Błonnik[g]: 35,11 Sód [g]: 2,42	Wartość energet. [kcal] 2381 Białko ogółem [g]: 101,34 Tłuszcz[g]: 63,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,67 Węglowodany ogółem[g]: 322,12 w tym cukry[g]: 58,45 Błonnik[g]: 35,03 Sól [g]: 2,38	Wartość energet. [kcal] 2457 Białko ogółem [g]:102,23 Tłuszcz[g]: 70,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,03 Węglowodany ogółem[g]: 301,82 w tym cukry[g]:41,23 Błonnik[g]: 42,09 Sód[g]:2,52	Wartość energet. [kcal]2054 Białko ogółem [g] 72,34 Tłuszcz[g] 49.73 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 288,34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 2,02
-------------------	---	---	---	---	--

Jadłospis sporządził(a): Patrycja Wójtowicz
na zlecenie i wg wytycznych firmy cateringowej PPUH Natalia Madej