

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

21.05.2025-31.05.2025

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)orzeczy 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) łubin.

Środa, 21 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 Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Szynka wieprzowa (*6+1+9+10) 60g Mozzarella plaster (*7)20g Pomidor 50g Roszponka 5g Herbata b/c 250ml	247 261 116 65 56 9 1	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Szynka wieprzowa (*6+1+9+10) 60g Mozzarella plaster (*7)20g Pomidor 50g Roszponka5g Herbata b/c 250ml	247 263 116 65 56 9 1	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Szynka wieprzowa (*6+1+9+10) 60g Mozzarella plaster (*7)20g Pomidor 50g Roszponka5g Herbata b/c 250ml	247 263 116 65 56 9 1	Jogurt naturalny *7/100ml Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Szynka wieprzowa (*6+1+9+10) 60g Mozzarella plaster (*7)20g Pomidor 50g Roszponka 5g Herbata bez cukru 250ml	60 251 116 65 56 9 1	Płatki owsiane na mleku (*7+1) , mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml	602
II śniadanie	Banan 1szt./150g	110	Banan 1szt./150g	110	Banan 1szt./150g	110	Pomarańcza 200g Pestki dyni (+8) 10g	112 54	Mus owocowy 100%/100g	54
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami i fasolą na wywarze mięsno-warzywnym (*7,*9)400ml Bitki ze schabu wieprzowego w sosie pieczeniowym (*1*7) 100g/30ml Kluski śląskie(*1) 8szt./160g Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki z olejem rzepakowym 70g Szpinak gotowany 50g Kompot owocowy 250ml	262 256 208 54 22 50	Barszcz czerwony z ziemniakami na wywarze mięsny i wloszczyzny(*9)400ml Bitki ze schabu wieprzowego w sosie pieczeniowym (*1*7) 100g/30ml Kluski śląskie(*1) 8szt./160g Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 70g Szpinak gotowany 50g Kompot owocowy 250ml	235 256 208 32 22 50	Barszcz czerwony z ziemniakami na wywarze mięsny i wloszczyzny(*9)400ml Bitki ze schabu wieprzowego w sosie pieczeniowym (*1*7) 100g/30ml Kluski śląskie(*1) 8szt./160g Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 70g Szpinak gotowany 50g Kompot owocowy 250ml	235 256 208 32 22 50	Barszcz czerwony z ziemniakami i fasolą na wywarze mięsno-warzywnym (*7,*9)400ml Bitki ze schabu wieprzowego w sosie pieczeniowym (*1*7) 100g/30ml Kasza gryczana 200g Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki z olejem rzepakowym70g Szpinak gotowany 50g Woda 500ml	262 256 242 54 22	Barszcz czerwony (*7,*9), ziemniaki, mięso wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml Woda 500ml	625 50
Podwiecz.	Jogurt owocowy (*7) 100g	125	Jogurt owocowy (*7) 100g	125	Jogurt owocowy (*7) 100g	125	Serek wiejski 150g *7	142	Jogurt owocowy (*7) 100g	125
Kolacja	Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym z kurczakiem 200g Ogórek 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	176 6 261 116	Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym z kurczakiem 200g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	176 9 263 116	Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym z kurczakiem 200g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c250ml	176 9 263 116	Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym z kurczakiem 200g Ogórek 50g Chleb razowy (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	176 6 251 116	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	545
Nocny	Kanapka tostowa razowa z serem, jajkiem, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*3*7+6+9+10) 1szt. Mandarynka 100g	155 45	Kanapka tostowa pszenna z szynką drob., twarogiem sałatą, pomidorem i masłem (*1*7*3+6+9+10) 1szt. Mandarynka 100g	178 45	Kanapka tostowa pszenna z szynką drob., twarogiem sałatą, pomidorem i masłem (*1*7*3+6+9+10) 1szt. Mandarynka 100g	178 45	Kanapka tostowa razowa z serem, jajkiem, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7*3+6+9+10) 1szt. Rzodkiew biała talarki 150g	155 22		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2583 Białko ogółem [g]: 119,34 Tłuszcz[g]: 92,87 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 345,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 45,09 Sód [g]: 2,23		Wartość energet. [kcal] 2570 Białko ogółem [g]: 113,98 Tłuszcz[g]: 85,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 350,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:38,12 Sód[g]: 2,11		Wartość energet. [kcal] 2570 Białko ogółem [g]: 113,98 Tłuszcz[g]: 85,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 350,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:38,12 Sód[g]: 2,11		Wartość energet. [kcal] 2515 Białko ogółem [g]:112,63 Tłuszcz[g]: 89,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 329,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:47,99 Sód [g]: 2,21		Wartość energet. [kcal]2003 Białko ogółem [g] 75,45 Tłuszcz[g] 53,54 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 302,63 W tym cukry [g] 31,12 Błonnik[g] 24,54 Sód [g] 2,18	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

21.05.2025-31.05.2025

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.

Czwartek, 22 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
	Płatki jaglane na mleku (*7) 350ml Paszтет zapiekany drobiowy (*1*3*9+7+6) 50 Twarożek z koperkiem (*7) 30g Ogórek kiszony 50g Roszponka 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	255 156 49 6 1 261 116	Płatki jaglane na mleku (*7)350ml Twarożek z koperkiem (*7) 70g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	255 89 40 9 1 263 116	Płatki jaglane na mleku (*7)350ml Twarożek z koperkiem (*7) 70g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Rukola 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	255 89 40 9 1 263 116	Schab z kija (*6+9+10) 40g Paszтет zapiekany drobiowy (*1*3*9+6) 50g Twarożek z koperkiem (*7) 30g Ogórek kiszony 50g Roszponka 5g Chleb razowy (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	55 156 49 6 1 251 116	Płatki jaglane na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml	589
	Gruszka 160g	85	Mus owocowy 100% b/c /100g	54	Mus owocowy 100% b/c /100g	54	Gruszka 160g Pestki słonecznika (*8) 10g	85 56	Mus owocowy 100% b/c /100g	54
	Zupa pieczarkowa na wywarze mięsny i włoszczyzny z ziemniakami (*7*9) 400ml Pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany w sosie koperkowym (*1*7*9) 100g/30g Kasza jęczmienna *1/200g Buraczki gotowane tarte z olejem rzepakowym 70g Kalafior gotowany 50g Kompot wieloowocowy 250ml	265 223 218 45 16 50	Zupa wiejska na wywarze mięsny i włoszczyzny z ziemniakami (*7*9) 400ml Pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany w sosie koperkowym (*1*7*9) 100g/30g Kasza jęczmienna *1/200g Buraczki gotowane tarte z olejem rzepakowym 70g Kalafior gotowany 50g Kompot wieloowocowy 250ml	225 223 218 45 16 50	Zupa wiejska na wywarze mięsny i włoszczyzny z ziemniakami (*7*9) 400ml Pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany w sosie koperkowym (*1*7*9) 100g/30g Kasza jęczmienna *1/200g Buraczki gotowane tarte z olejem rzepakowym 70g Kalafior gotowany 50g Kompot wieloowocowy 250ml	225 223 218 45 16 50	Zupa pieczarkowa na wywarze mięsny i włoszczyzny z ziemniakami (*7*9) 400ml Pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany w sosie koperkowym (*1*7*9) 100g/30g Kasza jęczmienna *1/200g Surówka z buraka i marchewki z olejem rzepakowym 70g Kalafior gotowany 50g Woda 500ml	249 223 218 44 16	Zupa wiejska (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml	625 50
	Kefir (*7) 200ml	102	Kefir (*7) 200ml	102	Kefir (*7) 200ml	102	Kefir (*7) 200ml	102	Mus owocowy 100% owoców 100g	54
	Szynka drobiowa (*1+6+9) 60g Mozzarella *7/20g Pomidor 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	59 46 9 261 116	Szynka drobiowa (*1+6+9) 60g Mozzarella *7/20g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	59 46 9 263 116	Szynka drobiowa (*1+6+9) 60g Mozzarella *7/20g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	59 46 9 263 116	Szynka drobiowa (*1+6+9) 60g Mozzarella *7/20g Pomidor 50g Chleb razowy (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	59 46 9 251 116	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	511
	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, polędwicą wieprzową, serem żółtym, sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g Pomidor 1 szt 100g	192 18	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, polędwicą drobiową, twarożkiem, sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Pomidor 100g	194 18	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, polędwicą drobiową, twarożkiem,sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Pomidor 100g	194 18	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, polędwicą wieprzową, serem żółtym sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g Pomidor 1 szt 100g	192 18		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2550 Białko ogółem [g] 117,54 Tłuszcz[g] 91,123 w tym nasycone [g] 27,12 Węglowodany ogółem [g] 319,13 W tym cukry [g] 53,23 Błonnik[g] 37,65 Sód [g] 2,32		Wartość energet. [kcal] 2348 Białko ogółem [g] 82,02 Tłuszcz[g] 72,65 w tym nasycone [g] 22,44 Węglowodany ogółem [g] 344,29 W tym cukry [g] 55,12 Błonnik[g] 22,34 Sód [g] 2,23		Wartość energet. [kcal] 2348 Białko ogółem [g] 82,02 Tłuszcz[g] 72,65 w tym nasycone [g] 22,44 Węglowodany ogółem [g] 344,29 W tym cukry [g] 55,12 Błonnik[g] 22,34 Sód [g] 2,23		Wartość energet. [kcal] 2280 Białko ogółem [g] 96,54 Tłuszcz[g] 80,76 w tym nasycone [g] 19,12 Węglowodany ogółem [g] 268,22 W tym cukry [g] 42,76 Błonnik[g] 45,34 Sód [g] 2,10		Wartość energet. [kcal]1955 Białko ogółem [g] 80,12 Tłuszcz[g] 52,45 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 284,34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 1,98	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

21.05.2025-31.05.2025

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.

Piątek, 23 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	Ser żółty *7/20g	70	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	589
	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	
II śniadanie	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Jajko w sosie koperkowym (*3*7) 1 szt./30ml	95	Herbata z cukrem 250ml	111
	Jajko w sosie koperkowym (*3*7) 1 szt./30ml	95	Polędwica rubinowa wieprzowa (*9*10+1) 40g	95	Polędwica rubinowa (*9*10+1)60g	72	Polędwica rubinowa wieprzowa (*9*10+1) 40g	52	Sok buraczano-jabłkowy 300ml	
Obiad	Polędwica rubinowa wieprzowa (*9*10+1) 40g	52	Pomidor 50g	52	Dżem 25g	40	Pomidor 50g	9		625
	Pomidor 50g	9	Roszpodka 5g	9	Pomidor 50g	9	Roszpodka 5g	9		
Podwieczorek	Roszpodka 5g	1	Herbaty b/c 250ml	1	Roszpodka 5g	1	Herbata bez cukru 250ml	1		50
	Herbata b/c 250ml	1		1	Herbaty b/c 250ml	1		1		
Kolacja	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno-warzywnym z zacierką (*1*7*9) 400ml	256	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno-warzywnym z zacierką (*1*7*9) 400ml	236	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno-warzywnym z zacierką (*1*7*9) 400ml	236	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml	232	Zupa szpinakowa (*7,*9), ziemniaki, Morszczuk gotowany, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	511
	Ryba morszczuk smażona panierowana (*1*4*9) 100g	265	Ryba morszczuk na parze z masłem i koperkiem (*1*4) 100g	189	Ryba morszczuk na parze z masłem i koperkiem (*1*4) 100g	189	Ryba morszczuk na parze z masłem i koperkiem (*1*4) 100g	189	Kompot wieloowocowy 250ml	
Nocny	Ziemiaki 200g	142	Ziemiaki 200g	142	Ziemiaki 200g	142	Woda 500ml	38		90
	Surówka z kiszzonej kapusty, marchewki z pietruszką i olejem rzepakowym 70g	54	Marchew na ciepło z masłem (*7) 70g	35	Marchew na ciepło z masłem (*7) 70g	35	Sałata z oliwą 50g	38		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Sałata z oliwą 50g	38	Sałata z oliwą 50g	38	Sałata z oliwą 50g	38	Kompot owocowy 250ml	50		90
	Kompot owocowy 250ml	50	Jogurt owocowy *7/150g	125	Jogurt owocowy *7/150g	125	Jogurt naturalny (*7) 150g	90	Jogurt naturalny (*7) 150g	
Kolacja	Jogurt owocowy *7/150g	125	Jogurt owocowy *7/150g	125	Jogurt owocowy *7/150g	125	Jogurt naturalny (*7) 150g	90	Jogurt naturalny (*7) 150g	90
	Pasta twarogowo-pomidorowa (*7) 70g	92	Pasta twarogowo-pomidorowa (*7) 70g	92	Pasta twarogowo-pomidorowa (*7) 70g	92	Pasta twarogowo-pomidorowa (*7) 70g	92	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	
Nocny	Miód porcjowany 25g	75	Miód porcjowany 25g	75	Miód porcjowany 25g	75	Szynka z indyka 75% (*1+6+7+9) 20g	25		511
	Ogórek kiszony 50g	6	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	ogórek kiszony 50g	6		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g	251		90
	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		
Nocny	Herbata b/c 250ml	116	Herbata b/c 250ml	116	Herbata b/c250ml	116	Herbata b/c 250ml	116		90
	Bułka razowa z mix roślinnym, serem żółtym, jajkiem,sałatą i ogórkiem (*7*1*6+9+10) 100g	178	Bułka pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, jajkiem sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	182	Bułka pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, jajkiem sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	182	Bułka razowa z mix roślinnym, serem żółtym, jajkiem, sałatą i ogórkiem (*1*7*6+9+10) 100g	178		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Papryka słupki 100g	22	Mus 100%/100g	54	Mus 100%/100g	54	Papryka słupki 100g	22		90
Wartość energet. [kcal] 2532		Wartość energet. [kcal]2460		Wartość energet. [kcal]2425		Wartość energet. [kcal] 2361		Wartość energet. [kcal]2011		90
Białko ogółem [g]: 119,04		Białko ogółem [g]: 108,22		Białko ogółem [g]: 104,22		Białko ogółem [g]: 99,87		Białko ogółem [g] 75,54		
Tłuszcz[g]: 95,12		Tłuszcz[g]: 79,34		Tłuszcz[g]: 76,34		Tłuszcz[g]: 74,123		Tłuszcz[g] 51.3		90
w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56		w tym tłuszcze nasycone[g]: 15,56		w tym tłuszcze nasycone[g]: 15,56		w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03		w tym nasycone [g] 19,23		
Węglowodany ogółem[g]: 345,23		Węglowodany ogółem[g]: 355,98		Węglowodany ogółem[g]: 355,98		Węglowodany ogółem[g]: 283,12		Węglowodany ogółem [g] 289.34		90
w tym cukry[g]: 46,245		w tym cukry[g]: 50,245		w tym cukry[g]: 50,245		w tym cukry[g]: 41,64		W tym cukry [g] 19,22		
Błonnik[g]:38,12		Błonnik[g]:23,04		Błonnik[g]:23,04		Błonnik[g]:45,99		Błonnik[g] 20,45		90
Sód [g]: 2,43		Sód [g]: 2,38		Sód [g]: 2,32		Sód [g]: 2,33		Sód [g] 1,92		

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

21.05.2025-31.05.2025

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)orzeczy 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) łubin.

Sobota, 24 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 100g *7	60	Płatki owsiane na mleku (*7+1) , mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	589
	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		
	Polędwica sopocka +1+9+10) 60g	65	Polędwica sopocka +1+9+10) 60g	65	Polędwica sopocka +1+9+10) 60g	65	Polędwica sopocka +1+9+10) 60g	65		
	Ser żółty (*7) 20g	70	Twaróg plaster *7/30g	39	Twaróg plaster *7/30g	39	Twaróg plaster *7/30g	39		
	Rzodkiew biała tarta 50g	7	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Rzodkiew biała tarta 50g	7	Herbata 250ml	
	Rukola 5g	1	Roszonka 5g	1	Roszonka 5g	1	Roszonka 5g	1		
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata bez cukru 250ml			
II śniadanie	Gruszka 160g	85	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Gruszka 160g	85	Mus owocowy 100%/100g	54
							Migdały(*8) 10g	65		
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem na wywarze mięsno-warzywnym *1*3*7*9 400ml	262	Zupa pomidorowa z makaronem na wywarze mięsno-warzywnym *1*3*7*9 400ml	262	Zupa pomidorowa z makaronem na wywarze mięsno-warzywnym *1*3*7*9 400ml	262	Zupa pomidorowa z makaronem razowym na wywarze mięsno-warzywnym *1*3*7*9 400ml	245	Zupa pomidorowa (*7,*9), ziemniaki, mięso	625
	Gulasz drobiowy (*7) 100g/50	221	Gulasz drobiowy (*7) 100g/50	221	Gulasz drobiowy (*7) 100g/50	221	Gulasz drobiowy (*7) 100g/50	221	mięso drobiowe,	
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	mleko w	
	Salatka szwedzka olejem rzepakowym 70g	23	Cukinia gotowana z masłem (*7) 70g	32	Cukinia gotowana z masłem (*7) 70g	32	Salatka szwedzka olejem rzepakowym 70g	23	proszku (*7),	
	Brokuł gotowany 50g	16	Brokuł gotowany 50g	16	Brokuł gotowany 50g	16	Brokuł gotowany 50g	16	śmietana (*7)	
Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	450ml	50	
							Woda 500ml		Kompot wieloowocowy 250ml	
Podwieczor	Serek homogenizowany owocowy(*7) 100g	154	Serek homogenizowany owocowy(*7) 100g	154	Serek homogenizowany owocowy(*7) 100g	154	Kefir (*7) 200ml	102	Jogurt naturalny (*7) 180ml	102
Kolacja	Szynka delikatesowa drobiowa (*1+6+9) 60g	59	Szynka delikatesowa drobiowa (*1+6+9) 60g	59	Szynka delikatesowa drobiowa (*1+6+9) 60g	59	Szynka delikatesowa drobiowa (*1+6+9) 60g	59	Mięso drobiowe,	511
	Mozzarella (*7) 30g	56	Mozzarella (*7) 30g	56	Mozzarella (*7) 30g	56	Mozzarella (*7) 30g	56	jajko(*3),	
	Papryka 50g	10	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Papryka 50g	10	seler(*9),	
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g	251	marchew,	
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	pietruszką, oliwa,	
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		masło (*7), kasza manna (*1) 450ml		
Nocny	Kanapka tostowa razowa z szynką wieprzową, mozzarellą, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	192	Kanapka tostowa pszenna z szynką wieprzową ,mozzarellą, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	188	Kanapka tostowa pszenna z szynką wieprzową, mozzarella, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	188	Kanapka tostowa razowa z szynką wieprzową , mozzarellą, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	192	Herbata 250ml	
	Mandarynka 100g	45	Sok owocowy 200ml	99	Sok owocowy 300ml	99	Rzodkiew biała talarki 100g	17		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2459 Białko ogółem [g]: 107,34 Tłuszcz[g]: 85,87 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 325,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 40,09 Sód [g]: 2,41		Wartość energet. [kcal] 2487 Białko ogółem [g]: 98,63 Tłuszcz[g]: 76,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 331,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:27,99 Sód [g]: 2,33		Wartość energet. [kcal] 2467 Białko ogółem [g]: 98,63 Tłuszcz[g]: 76,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 331,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:27,99 Sód [g]: 2,33		Wartość energet. [kcal] 2225 Białko ogółem [g]: 92,04 Tłuszcz[g]: 70,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 260,23 w tym cukry[g]: 30,245 Błonnik[g]:46,12 Sód [g]: 2,25		Wartość energet. [kcal]1983 Białko ogółem [g] 75,54 Tłuszcz[g] 51.3 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 289.34 W tym cukry [g] 19,22 Błonnik[g] 20,45 Sód [g] 1,82	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

21.05.2025-31.05.2025

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.

Niedziela, 25 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	255	Kasza manna na mleku (*1*7) 400ml	255	Kasza manna na mleku (*1*7) 400ml	255	Kefir (*7) 200ml	102	Kasza manna na mleku (*1*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml	589
	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		
	Jajecznicza na parze (*3) 100g	202	Jajecznicza na parze (*3) 100g	202	Jajecznicza z białek jaj na parze (*3) 100g	76	Jajecznicza na parze (*3) 100g	202		
Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 30g	34	Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 30g	34	Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 30g	34	Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 30g	34			
Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9			
Kielki rzodkiewki 5g	1	Liść sałaty 5g	1	Liść sałaty 5g	1	Kielki rzodkiewki 5g	1			
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata bez cukru 250ml				
II śniadanie	Drożdżówka (*1*3*7+6) 50g	126	Drożdżówka (*1*3*7+6) 50g	126	Drożdżówka (*1*3*7+6) 50g	126	Jabłko 150g Pestki dyni(+8) 10g	75 52	Sok jabłkowy 200ml	99
Obiad	Rosół na wywarze warzywno-drobiowym z ryżem (*9) 400ml	189	Rosół na wywarze warzywno-drobiowym z ryżem (*9) 400ml	189	Rosół na wywarze warzywno-drobiowym z ryżem (*9) 400ml	189	Rosół na wywarze warzywno-drobiowym z ryżem brązowym (*9) 400ml	186	Rosół (*7,*9), ziemniaki, mięso wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml	625
	Udko z kurczaka pieczone 150g	265	Udko z kurczaka gotowane w sosie koperkowym (*1*7+9) 150g/30ml	254	Udko z kurczaka gotowane w sosie koperkowym (*1*7+9) 150g/30ml	254	Udko z kurczaka pieczone 150g	265		
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142		
	Kalafior gotowany 50g	14	Kalafior gotowany 50g	14	Kalafior gotowany 50g	14	Kalafior gotowany 50g	14		
	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g	45	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g	45	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g	45	Surówka z buraczka i jabłka 70g	44		
Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml	50		50	
Podwie	Salatka warzywna z ciecierzycą i fetą z olejem rzepakowym (*7) 120g	78	Jogurt owocowy 100g *7	125	Jogurt owocowy 100g *7	125	Salatka warzywna z ciecierzycą i fetą z olejem rzepakowym (*7) 120g	78	Deser z przetartych owoców 120g	71
Kolacja	Pasta twarogowa z rzodkiewką i szczypiorem (*7) 70g	98	Pasta twarogowa z zieleciną (*7) 70g	92	Pasta twarogowa z zieleciną (*7) 70g	92	Pasta twarogowa z rzodkiewką i szczypiorem (*7) 70g	98	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	511
	Dżem truskawkowy 25g	40	Dżem truskawkowy 25g	40	Dżem truskawkowy 25g	40	Schab z kija (*6+9+10) 30g	35		
	Ogórek kiszony 50g	6	Cukinia gotowana 50g	7	Cukinia gotowana 50g	7	Ogórek kiszony 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 kanapkowe 83%(*7) 20g	116		
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata bez cukru 250ml				
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, poledwica sopocką, jajkiem,sałatą i papryką (*7*1*6+9+10) 100g	188	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwica sopocką, jajkiem, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	198	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwica sopocką, jajkiem,sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	198	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, poledwica sopocką, jajkiem,sałatą i papryką (*1*7*6+9+10) 100g	188		
	Pomidor 100g/1szt	18	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Pomidor 100g/1szt	18		
WARTOŚCI ODŻWICZCZE	Wartość energet. [kcal] 2514 Białko ogółem [g]: 109,26 Tłuszcz[g]: 88,04 w tym tłuszcze nasycone[g]: 33,03 Węglowodany ogółem[g]: 339,27 w tym cukry[g]: 57,64 Błonnik[g]: 38,72 Sód [g]: 2,52		Wartość energet. [kcal] 2454 Białko ogółem [g]: 95,66 Tłuszcz[g]: 73,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 341,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 22,12 Sód [g]: 2,47		Wartość energet. [kcal] 2328 Białko ogółem [g]: 87,92 Tłuszcz[g]: 68,45 w tym tłuszcze nasycone[g]: 16,05 Węglowodany ogółem[g]: 332,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 22,12 Sód [g]: 2,31		Wartość energet. [kcal] 2390 Białko ogółem [g]: 102,11 Tłuszcz[g]: 674,92 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 292,45 w tym cukry[g]:47,23 Błonnik[g]: 44,09 Sód [g]:2,18		Wartość energet. [kcal]1999 Białko ogółem [g] 70,12 Tłuszcz[g] 50,45 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 284,34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 1,82	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

21.05.2025-31.05.2025

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.

Poniedziałek, 26 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	245	Płatki jaglane na mleku (*7) 350ml	245	Płatki jaglane na mleku (*7) 350ml	245	Jajko gotowane 1sz./50g(*3)	70	Płatki jaglane na mleku (*7) ,	589
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	251	mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenka (*1) 450ml	
II śniadanie	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 250ml	125
	Szynka delikatesowa drobiowa (+1+9+10) 60g	59	Szynka delikatesowa drobiowa (+1+9+10) 60g	59	Szynka delikatesowa drobiowa (+1+9+10) 60g	59	Szynka delikatesowa drobiowa (+1+9+10) 60g	59		
	Mozzarella plaster (*7) 20g	56	Mozzarella plaster (*7) 20g	56	Mozzarella plaster (*7) 20g	56	Mozzarella plaster (*7) 20g	56		
	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9		
	Papryka 50g	10	Roszpinka 5g	1	Roszpinka 5g	1	Papryka 50g	1		
	Roszpinka 5g	1	Herbata b/c 250ml	1	Herbata b/c 250ml	1	Roszpinka 5g	1		
	Herbata b/c 250ml	1			Herbata b/c 250ml	1	Herbata bez cukru 250ml	1		
Obiad	Banan 150g	110	Banan 150g	110	Banan 150g	110	Mandarynka 120g	45	jogurt owocowy (*7) 100g	625
							Pestki słonecznika (*8) 10g	52		
	Krupnik ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*1*9) 400ml	267	Krupnik ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*1*9) 400ml	267	Krupnik ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*1*9) 400ml	267	Krupnik ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*1*9) 400ml	267	Krupnik zupa (*1*9), ziemniaki, mięso drobiowo-	
	Szynka pieczona w sosie pieczeniowym (*1) 100g/50ml	256	Szynka pieczona w sosie pieczeniowym (*1) 100g/50ml	256	Szynka pieczona w sosie pieczeniowym (*1) 100g/50ml	256	Szynka pieczona w sosie pieczeniowym (*1) 100g/50ml	256	wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	
	Ryż biały 200g	260	Ryż biały 200g	260	Ryż biały 200g	260	Ryż brązowy 200g	247	Kompot	
Surówka z białej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 70g	56	Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 70g	45	Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 70g	45	Surówka z białej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 70g	56	wielooowocowy 250ml	50	
Salata z oliwą 50g	36	Salata z oliwą 50g	36	Salata z oliwą 50g	36	Salata z oliwą 50g	36			
Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml	36			
Podwiecz	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g	142	Mus owocowy 100%/100g bez cukru	54
Kolacja	Makaron z warzywami i kurczakiem (*1*9*7*3) 200g	178	Makaron z warzywami i kurczakiem (*1*9*7*3) 200g	178	Makaron z warzywami i kurczakiem (*1*9*7*3) 200g	178	Makaron z makaronem razowym z warzywami i kurczakiem (*1*9*7*3) 200g	167	Mięso drobiowe, jajko(*3), seler(*9), marchew,	511
	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)50g	131	Chleb pszenny (*1)50g	133	Chleb pszenny (*1)50g	133	Chleb razowy (*1)50g	126	Herbata 250ml	
	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, twarogiem, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	184	Kanapka tostowa pszenka z szynką, twarogiem, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	194	Kanapka tostowa pszenka z szynką, twarogiem, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	194	Kanapka tostowa razowa z szynką, twarogiem, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	143		1945
	Mandarynka 120g	45	Mandarynka 120g	45	Mandarynka 120g	45	Rzodkiew biała talarki 100g	17		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2588 Białko ogółem [g]: 110,45 Tłuszcz[g]: 83,82 w tym tłuszcze nasycone[g]: 29,23 Węglowodany ogółem[g]: 342,56 w tym cukry[g]: 58,23 Błonnik[g]: 40,03 Sód [g]: 2,50		Wartość energet. [kcal] 2586 Białko ogółem [g]: 94,91 Tłuszcz[g]: 72,112 w tym tłuszcze nasycone[g]: 21,30 Węglowodany ogółem[g]: 366,87 w tym cukry[g]: 57,18 Błonnik[g]: 32,72 Sód [g]: 2,43		Wartość energet. [kcal] 2586 Białko ogółem [g]: 94,91 Tłuszcz[g]: 72,112 w tym tłuszcze nasycone[g]: 21,30 Węglowodany ogółem[g]: 366,87 w tym cukry[g]: 57,18 Błonnik[g]: 32,72 Sód [g]: 2,43		Wartość energet. [kcal] 2301 Białko ogółem [g]: 98,24 Tłuszcz[g]: 71,02 w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,04 Węglowodany ogółem[g]: 313,12 w tym cukry[g]:40,34 Błonnik[g]:48,78 Sód [g]: 2,46		Wartość energet. [kcal]1945 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]1,77	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

21.05.2025-31.05.2025

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)orzeczy 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) łubin.

Wtorek, 27 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 (*1*7)350ml Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 70g Schab wieprzowy z kija (*6+9+10) 30g Rzodkiew biała 50g Rukola 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	256 112 35 7 1 261 116	Płatki jęczmienne na mleku (*1*7)350ml Pasta jajeczna z koperkiem(*3) 70g Schab wieprzowy z kija (*6+9+10) 30g Pomidor 50g Sałata 5g Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	256 102 35 9 1 263 116	Płatki jęczmienne na mleku (*1*7)350ml Pasta z białek jaj z koperkiem (*3) 70g Schab wieprzowy z kija (*6+9+10) 30g Pomidor 50g Sałata 5g Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	256 82 35 9 1 263 116	Jogurt naturalny 100g *7 Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 70g Schab wieprzowy z kija (*6+9+10) 30g Rzodkiew biała 50g Rukola 5g Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	60 112 35 7 1 251 116	Płatki jęczmienne na mleku (*1*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata z cukrem 250ml	589
II śniadanie	Mus owocowy bez cukru 100%/100g	54	Mus owocowy bez cukru 100%/100g	54	Mus owocowy bez cukru 100%/100g	54	Pomarańcza 180g Migdały(+8) 10g	112 62	Mus owocowy 100%/100g	54
Obiad	Zupa brokułowa na wywarze mięsno-warzywnym z lanym ciastem (*1*3*7*9) 400ml Fasolka po bretońsku z mięsem wieprzowym (*1*3*7*9) 150g Ziemniaki 200g Jabłko 1szt./150g Szpinak gotowany 50g Kompot wieloowocowy 250ml	256 321 142 75 18 50	Zupa brokułowa na wywarze mięsno-warzywnym z lanym ciastem (*1*3*7*9) 400ml Pulpet wieprzowodrobiowy w sosie szpinakowym (*1*7+9) 100g/30ml Ziemniaki 200g Marchewka gotowana z masłem (*7) 70g Szpinak gotowany 50g Kompot wieloowocowy 250ml	256 245 142 32 18 50	Zupa brokułowa na wywarze mięsno-warzywnym z lanym ciastem (*1*3*7*9) 400ml Pulpet wieprzowodrobiowy w sosie szpinakowym (*1*7+9) 100g/30ml Ziemniaki 200g Marchewka gotowana z masłem (*7) 70g Szpinak gotowany 50g Kompot wieloowocowy 250ml	256 245 142 32 18 50	Zupa brokułowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Fasolka po bretońsku z mięsem wieprzowym (*1*3*7*9) 150g Ziemniaki 200g Jabłko 1szt./150g Szpinak gotowany 50g Woda 500ml	238 321 142 75 18	Zupa brokułowa (*7*9) ziemniaki, mięso wieprzowe , mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot owocowy 250ml	625 50
Podwiecz	Kefir naturalny (*7) 200g	102	Kefir naturalny (*7) 200g	102	Kefir naturalny (*7) 200g	102	Kefir naturalny (*7) 200g	102	Kefir naturalny (*7) 200g	102
Kolacja	Południca drobiowa z indyka 75% (*1+6+9) 60g Miód 15g Ogórek 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	62 40 6 261 116	Południca drobiowa z indyka 75% (*1+6+9) 60g Miód 15g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	62 40 7 263 116	Południca drobiowa z indyka 75% (*1+6+9) 60g Miód 15g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	62 40 7 263 116	Południca drobiowa z indyka 75% (*1+6+9) 60g Mozzarella (*7) 20g Ogórek 50g Chleb razowy (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	62 56 6 251 116	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	511
Nocny	Bułka razowa z mix roślinnym, mozzarellą, szynką, sałatą i papryką (*7*1*6+9+10) 100g Banan 120g	203 100	Bułka pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, szynką,sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Banan 120g	213 100	Bułka pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, szynką, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Banan 120g	213 100	Bułka razowa z mix roślinnym, mozzarellą, szynką, sałatą i papryką (*1*7*6+9+10) 100g Papryka słupki 100g	203 22		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2532 Białko ogółem [g]: 100,26 Tłuszcz[g]: 89,04 w tym tłuszcze nasycone[g]: 28,03 Węglowodany ogółem[g]: 333,27 w tym cukry[g]: 57,64 Błonnik[g]: 31,72 Sód [g]: 2,44		Wartość energet. [kcal] 2482 Białko ogółem [g]: 98,54 Tłuszcz[g]: 87,02 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 337,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 22,12 Sód [g]: 2,32		Wartość energet. [kcal]2462 Białko ogółem [g] 96,23 Tłuszcz[g] 84,12 w tym nasycone [g] 14,234 Węglowodany ogółem [g] 335,08 W tym cukry [g] 49,98 Błonnik[g] 19,24 Sód [g] 2,28		Wartość energet. [kcal] 2359 Białko ogółem [g]: 97,34 Tłuszcz[g]83,59 w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,04 Węglowodany ogółem[g]: 280,67 w tym cukry[g]:37,34 Błonnik[g]:36,78 Sód [g]: 2,14		Wartość energet. [kcal]2005 Białko ogółem [g] 70,12 Tłuszcz[g] 50,45 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 284,34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 1,99	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

21.05.2025-31.05.2025

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)orzeczy 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) łubin.

Środa, 28 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 Paszтет zapiekany drobiowy (*1*3*9+7+6) 50g Twaróg plaster *7/30g Ogórek 50g Rukola 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	247 156 39 6 1 261 116	Płatki owsiane na mleku (*7+1) 350ml Połędwica drobiowa (+1+9+10+11) 60g Twaróg plaster *7/30g Cukinia parzona 50g Rukola 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	247 52 39 7 1 263 116	Płatki owsiane na mleku (*7+1) 350ml Połędwica drobiowa (+1+9+10+11) 60g Twaróg plaster *7/30g Cukinia parzona 50g Rukola 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	247 52 39 7 1 263 116	Połędwica drobiowa z majerankiem (+1+9+10+11) 20g Paszтет zapiekany drobiowy (*1*3*9+6) 50g Twaróg plaster *7/30g Ogórek 50g Rukola 5g Chleb razowy (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	25 156 39 6 1 251 116	Płatki owsiane na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml	589
II śniadanie	Banan 1szt./150g	110	Banan 1szt./150g	110	Banan 1szt./150g	110	Mandarynka 120g Pestki dyni (+8) 10g	45 58	Sok pomidorowy 300ml	36
Obi	Zupa z fasolki szparagowej na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Potrawka z kurczaka z warzywami (*1*7) 150g Ryż biały 200g Surówka z czerwonej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 70g Cukinia parzona 50g Kompot wieloowocowy 250ml	256 201 260 56 17 50	Zupa marchwianka na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Potrawka z kurczaka z warzywami (*1*7) 150g Ryż biały 200g Bukiet warzyw gotowany 70g Cukinia parzona 50g Kompot wieloowocowy 250ml	223 201 260 45 17 50	Zupa marchwianka na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Potrawka z kurczaka z warzywami (*1*7) 150g Ryż biały 200g Bukiet warzyw gotowany 70g Cukinia parzona 50g Kompot wieloowocowy 250ml	223 201 260 45 17 50	Zupa z fasolki szparagowej na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Potrawka z kurczaka z warzywami (*1*7) 150g Ryż brązowy 200g Surówka z czerwonej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 70g Cukinia parzona 50g Woda 500ml	256 201 247 56 17	Zupa marchwianka(*7*9) ziemniaki, mięso wieprzowe , mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot owocowy 250ml	625 50
Podwiek	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	154	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	154	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	154	Salatka ze świeżych warzyw z pestkami i serem feta (*7+8) 120g	76	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	154
Kolacja	Risotto z mięsem wieprzowo-drobiowym i warzywami na ciepło (*9) 200g Papryka 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 50g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	203 10 131 116	Risotto z mięsem wieprzowo-drobiowym i warzywami na ciepło (*9) 200g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	203 7 263 116	Risotto z mięsem wieprzowo-drobiowym i warzywami na ciepło (*9) 200g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	203 7 263 116	Risotto z ryżu brązowego z mięsem wieprzowo-drobiowym i warzywami na ciepło (*9) 200g Papryka 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	211 6 251 116	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	545
Noctny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, połędwicą sopocką, jajkiem, sałatą i papryką (*7*1*6+9+10) 100g Galaretkę z owocami 120g	188 100	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, połędwicą sopocką, jajkiem, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Galaretkę z owocami 120g	198 100	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, połędwicą sopocką, jajkiem, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Galaretkę z owocami 120g	198 42	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, połędwicą sopocką, jajkiem, sałatą i papryką (*1*7*6+9+10) 100g Marchewka tarta z jabłkiem 120g	188 55		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2686 Białko ogółem [g]: 112,34 Tłuszcz[g]: 92,87 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 338,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 40,09 Sód [g]: 2,63		Wartość energet. [kcal] 2540 Białko ogółem [g]: 99,63 Tłuszcz[g]: 78,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 345,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:31,99 Sód [g]: 2,32		Wartość energet. [kcal] 2540 Białko ogółem [g]: 99,63 Tłuszcz[g]: 78,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 345,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:31,99 Sód [g]: 2,32		Wartość energet. [kcal] 2401 Białko ogółem [g]: 100,19 Tłuszcz[g]: 80,32 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 315,12 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:45,12 Sód [g]: 2,55		Wartość energet. [kcal]2022 Białko ogółem [g] 72,45 Tłuszcz[g] 52.12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 300.34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 2,02	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

21.05.2025-31.05.2025

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)orzeczy 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) łubin.

Czwartek, 29 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
I śniadanie	Płatki jaglane na mleku (*7) 350ml	255	Płatki jaglane na mleku (*7) 350ml	255	Płatki jaglane na mleku (*7) 350ml	255	Ser żółty (*7) 20g	70	Płatki jaglane na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	593
	Chleb mieszany, ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	251		
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Jajko w sosie koperkowym (*7*3) 50g/30ml	116		
	Jajko w sosie tatarskim (*7*3) 50g/30ml	105	Jajko w sosie koperkowym (*7*3) 50g/30ml	95	Szynka drobiowa (*9*10+1) 50g	116	Szynka drobiowa (*9*10+1) 30g	95	Herbata 250ml	
	Szynka drobiowa (*9*10+1) 30g	35	Szynka drobiowa (*9*10+1) 30g	35	Dżem truskawkowy 25g	62	Pomidor 50g	35		
	Papryka 50g	10	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Rukola 5g	9		
	Rukola 5g	1	Rukola 5g	1	Rukola 5g	1	Rukola 5g	1		
	Herbata b/c 250ml		Herbaty b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata bez cukru 250ml			
II śniadanie	Jabłko 150g	75	Mandarynka 120g	45	Mandarynka 120g	45	Jabłko 150g Pestki słonecznika (+8) 10g	75 54	Sok owocowy 200ml	99
Obiad	Zupa kalafiorowa na wywarze mięsno-warzywnym z zacierką (*1*7*9) 400ml	242	Zupa kalafiorowa na wywarze mięsno-warzywnym z zacierką (*1*7*9) 400ml	242	Zupa kalafiorowa na wywarze mięsno-warzywnym z zacierką (*1*7*9) 400ml	242	Zupa kalafiorowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami(*7*9) 400ml	242	Zupa kalafiorowa (*7,*9), ziemniaki, mięso wieprzowe, mleko w proszku (*7) 450ml	625
	Kotlet mielony wieprzowo-drobiowy pieczony (*1*7*9) 100g	286	Pulpet z mięsa drobiowo-wieprzowego w sosie pomidorowym (*1*7*9) 100g/50ml	225	Pulpet z mięsa drobiowo-wieprzowego w sosie pomidorowym (*1*7*9) 100g/50ml	225	Pulpet z mięsa drobiowo-wieprzowego w sosie pieczarkowym (*1*7*9) 100g/50ml	255	Kompot wieloowocowy 250ml	
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142		50
	Surówka z buraka i marchewki z olejem rzepakowym 70g	44	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g	45	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g	45	Surówka z buraka i marchewki z olejem rzepakowym 70g	44		
	Fasolka szparagowa 50g	18	Marchewka gotowana 50g	25	Marchewka gotowana 50g	25	Fasolka szparagowa 50g	18		
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml			
Podwieczro	Galaretką z owocami bez cukru 123g	100	Galaretką z owocami bez cukru 123g	100	Galaretką z owocami bez cukru 123g	100	Jogurt naturalny 100g (*7)	60	Jogurt naturalny 100g *7	60
Kolacja	Szynka wiśniowa wieprzowa (+1+9+10) 60g	65	Szynka wiśniowa wieprzowa (+1+9+10) 60g	65	Szynka wiśniowa wieprzowa (+1+9+10) 60g	65	Szynka wiśniowa wieprzowa (+1+9+10) 60g	65	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	571
	Mozzarella (*7) 30g	56	Mozzarella (*7) 30g	56	Mozzarella (*7) 30g	56	Mozzarella (*7) 30g	56		
	Ogórek kiszony 50g	6	Cukinia parzona 50g	7	Cukinia parzona 50g	7	Ogórek kiszony 50g	6		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	251	Herbata 250ml	
	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		
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml				
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, połówką drobiową, mozzarellą sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g	203	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, połówką drobiową, mozzarellą sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	213	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, połówką drobiową, mozzarellą sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	213	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, połówką drobiową, mozzarellą sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g	203		
	Mandarynka 120g	45	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Rzodkiew biała talaraki 100g	17		
Wartość energet. [kcal] 2487 Białko ogółem [g]: 112,34 Tłuszcz[g]: 89,87 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 329,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 33,09 Sód [g]: 2,56		Wartość energet. [kcal] 2427 Białko ogółem [g]: 97,98 Tłuszcz[g]: 76,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 338,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:26,12 Sód [g]: 2,39		Wartość energet. [kcal]2411 Białko ogółem [g]: 96,04 Tłuszcz[g]: 73,02 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 337,02 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:26,12 Sód [g]: 2,35		Wartość energet. [kcal] 2316 Białko ogółem [g]:95,63 Tłuszcz[g]: 71,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 284,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:31,99 Sód [g]: 2,34		Wartość energet. [kcal]1998 Białko ogółem [g] 73,34 Tłuszcz[g] 55,32 w tym nasycone [g] 22,23 Węglowodany ogółem [g] 302,34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 2,05		

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

21.05.2025-31.05.2025

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)orzeczy 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) łubin.

Piątek, 30 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	Zacierka na mleku (*1*7)350ml Pasta twarogowa z pomidorami (*7) 70g Miód 15g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	258 92 40 9 1 261 116	Zacierka na mleku (*1*7)350ml Pasta twarogowa z pomidorami (*7) 70g Miód 15g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	258 92 40 9 1 263 116	Zacierka na mleku (*1*7)350ml Pasta twarogowa z pomidorami (*7) 70g Miód 15g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	258 92 40 9 1 263 116	Jabłko 1 szt Pasta twarogowa z pomidorami (*7) 70g Połudwica sopocka (*6+9+10) 20g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	75 112 35 9 1 251 116	Zacierka na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata z cukrem 250ml	589
II śniad	Banan 150g	110	Banan 150g	110	Banan 150g	110	Pomarańcza 160g Migdały (*8) 10g	112 62	Mus owocowy 100g	36
Obiad	Zupa ogórkowa z ryżem na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml Ryba morszczuk panierowana i smażona z sosem po grecku (*1,*4,*3) 100g/50g Surówka z kapusty kiszzonej i marchewki z olejem rzepakowym 70g Brokuł gotowany 50g Ziemniaki gotowane 200g Kompot owocowy 250ml	265 256 48 16 142 50	Zupa marchwianka na wywarze mięsno-warzywnym z ryżem (*7*9)400ml Ryba morszczuk parowany z koperkiem i masłem z sosem po grecku (*1,*4*3) 100g/50g Cukinia gotowana z masłem (*7) 70g Brokuł gotowany 50g Ziemniaki gotowane 200g Kompot owocowy 250ml	212 245 32 16 142 50	Zupa marchwianka na wywarze mięsno-warzywnym z ryżem (*7*9)400ml Ryba morszczuk parowany z koperkiem parowany i masłem z sosem po grecku (*1,*4,*3) 100g/50g Cukinia gotowana z masłem (*7) 70g Brokuł gotowany 50g Ziemniaki gotowane 200g Kompot owocowy 250ml	212 245 32 16 142 50	Zupa ogórkowa z ryżem brązowym na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml Ryba morszczuk parowana z koperkiem i masłem z sosem po grecku. (*1,*4,*3) 100g/50g Surówka z kapusty kiszzonej i marchewki z olejem rzepakowym 100g Brokuł gotowany 50g Ziemniaki gotowane 200g Woda 500ml	256 245 48 16 142	Zupa marchwianka (*7*9) , ziemniaki, ryba na parze (*4), szpinak, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot owocowy 250ml	625 50
Podwie	Kefir naturalny (*7) 200g	102	Kefir naturalny (*7) 200g	102	Kefir naturalny (*7) 200g	102	Kefir naturalny (*7) 200g	102	Kefir naturalny (*7) 200g	102
Kolacja	Salatka jarzynowa z jajkiem (*3*7*9) 100g Ser żółty (*7)20g Ogórek 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	123 70 6 261 116	Salatka jarzynowa z jajkiem (*3*7*9) 100g Szynka drobiowa (*1+6+7+9) 20g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	123 19 7 263 116	Salatka jarzynowa z jajkiem (*3*7*9) 100g Szynka drobiowa (*1+6+7+9) 20g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c250ml	123 19 7 263 116	Salatka jarzynowa z jajkiem (*3*7*9) 100g Szynka drobiowa (*1+6+7+9) 20g Ogórek 50g Chleb razowy (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	123 19 6 251 116	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	545
Nocny	Bułka razowa z mix roślinnym, mozzarellą ,połudwica wieprzowa sałatą i papryką (*7*1*6+9+10) 100g Marchewka tarta z jabłkiem 100g	203 50	Bułka pszenna z mix roślinnym, mozzarellą połędwica wieprzowa,salałą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Sok owocowy 100%/200ml	213 99	Bułka pszenna z mix roślinnym, mozzarellą połędwica wieprzowa,salałą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Sok owocowy 100%/200ml	213 99	Bułka razowa z mix roślinnym, mozzarellą, połędwiczą wieprzową sałatą i papryką (*1*7*6+9+10) 100g 300ml Marchewka tarta z jabłkiem 100g	203 50		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2565 Białko ogółem [g]: 110,04 Tłuszcz[g]: 88,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 345,23 w tym cukry[g]: 46,245 Błonnik[g]:31,12 Sód [g]: 2,55		Wartość energet. [kcal] 2482 Białko ogółem [g]: 92,44 Tłuszcz[g]: 70,45 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,56 Węglowodany ogółem[g]: 330,34 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:23,35 Sód [g]: 2,47		Wartość energet. [kcal]2462 Białko ogółem [g]: 88,22 Tłuszcz[g]: 67,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 15,56 Węglowodany ogółem[g]: 329,98 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:26,12 Sód [g]: 2,445		Wartość energet. [kcal] 2305 Białko ogółem [g]:92,54 Tłuszcz[g]: 79,31 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 289,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:39,99 Sód [g]: 2,32		Wartość energet. [kcal]1988 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] 1,93	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

21.05.2025-31.05.2025

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)orzeczy 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) łubin.

Sobota, 31 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 Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Pasta jajeczna z koperkiem (*4) 80g Dżem truskawkowy 25g Ogórek kiszony 50g Kiełki rzodkiewki 5g Herbata b/c 250ml	247 261 116 102 40 6 1	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Pasta jajeczna z koperkiem (*4) 80g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Sałata 1liść/5g Herbata b/c 250ml	247 263 116 102 40 7 1	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Pasta jajeczna z białek jaj z koperkiem (*4) 80g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Sałata 1 liść /5g Herbata b/c 250ml	247 263 116 68 40 7 1	Polędwica sopocka (*6+9+10+11) 30g Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Pasta jajeczna z koperkiem (*4) 80g Twaróg *7/30g Ogórek kiszony 50g Kiełki rzodkiewki 5g Herbata bez cukru 250ml	42 251 116 102 39 6 1	Płatki owsiane na mleku (*7+1) , mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml	589
II śniad	Gruszka 160g	85	Mus owocowy 100% bez cukru /100g	54	Mus owocowy 100% bez cukru /100g	54	Gruszka 160g Migdały (*8) 10g	85 65	Mus owocowy 100% bez cukru /100g	54
Obiad	Zupa grochowa na wywarze warzywnym z ziemniakami (*9) 400ml Pierogi mięsne z farszem drobiowo-wieprzowym okraszone masłem 6szt./250g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 70g Szpinak gotowany 50g Kompot owocowy 250ml	282 545 33 18 50	Zupa wiejska na wywarze warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Pierogi mięsne z farszem drobiowo-wieprzowym okraszone masłem 6szt./250g Marchewka gotowana 70g Szpinak gotowany 50g Kompot owocowy 250ml	212 545 25 18 50	Zupa wiejska na wywarze warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Pierogi mięsne z farszem drobiowo-wieprzowym okraszone masłem 6szt./250g Marchewka gotowana 70g Szpinak gotowany 50g Kompot owocowy 250ml	212 545 25 18 50	Zupa grochowa na wywarze warzywnym z ziemniakami (*9) 400ml Sos drobiowo-wieprzowy z warzywami (*1*9+7) 150g Makaron razowy 200g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 70g Szpinak gotowany 50g Woda 500ml	282 201 247 33 18	Zupa wiejska (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowo-wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml	625 50
Podw	Jogurt owocowy (*7) 100g	125	Jogurt owocowy (*7) 100g	125	Jogurt owocowy (*7) 100g	125	Jogurt naturalny (*7) 100g	60	Jogurt owocowy (*7) 100g	125
Kolacja	Sałatka śledziowa z cebulką i ogórkiem kiszonym (*4) 100g Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 20g Pomidor 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	132 32 9 261 116	Pasta rybno- twarogowa z łososiem i koperkiem (*4*7) 70g Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 20g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	89 32 9 263 116	Pasta rybno- twarogowa z łososiem i koperkiem (*4*7) 70g Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 20g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	89 32 9 263 116	Sałatka śledziowa z cebulką i ogórkiem kiszonym (*4) 100g Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 20g Pomidor 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	132 32 9 251 116	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	545
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, polędwicą wieprzową, jajkiem,sałatą i papryką (*1*6+9+10) 100g Pomidor 100g	188 18	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, polędwicą wieprzową,jajkiem sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Mandarynka 120g	198 45	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, polędwicą wieprzową, jajkiem sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Mandarynka 120g	198 45	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, polędwicą wieprzową,jajkiem sałatą i papryką (*1*6+9+10) 100g Pomidor 100g	188 18		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2667 Białko ogółem [g]: 114,34 Tłuszcz[g]: 94,54 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 335,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 41,09 Sód [g]: 2,52		Wartość energet. [kcal] 2515 Białko ogółem [g]: 109,98 Tłuszcz[g]: 73,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 352,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:30,12 Sód [g]: 2,43		Wartość energet. [kcal] 2515 Białko ogółem [g]: 109,98 Tłuszcz[g]: 73,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 352,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:30,12 Sód [g]: 2,43		Wartość energet. [kcal] 2378 Białko ogółem [g]:104,98 Tłuszcz[g]: 92,65 w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,03 Węglowodany ogółem[g]: 291,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:45,99 Sód[g]: 2,46		Wartość energet. [kcal]2001 Białko ogółem [g] 72,45 Tłuszcz[g] 56,12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 304,11 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 2,99	

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