

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

21.06.2025-30.06.2025

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, 21 czerwca 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	Półdewica drobiowa (+1+9+10+11) 30g	28	Płatki jaglane na mleku (*7),	589	
	Paszтет zapiekany drobiowy z suszonymi pomidorami (*1*3*9+7+6) 60g	146	Półdewica drobiowa (+1+9+10+11) 60g	52	Półdewica drobiowa (+1+9+10+11) 60g	52	Paszтет zapiekany z suszonymi pomidorami (*1*3*9+6) 60g	146	mleko w proszku (*7),		
	Twaróg plaster (*7) 30g	47	Twaróg plaster (*7) 30g	47	Twaróg plaster (*7) 30g	47	Twaróg plaster (*7) 30g	47	miód, bułka		
	Ogórek kiszony 50g	6	Cukinia parzona 50g	7	Cukinia parzona 50g	7	Ogórek kiszony 50g	47	pszenna (*1) 450ml		
	Rukola 5g	1	Rukola 5g	1	Rukola 5g	1	Rukola 5g	6			
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g	1	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	251			
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml	116			
II śniad	Arbuz 150g	45	Arbuz 150g	45	Arbuz 150g	45	Jogurt naturalny *7/100g	60	Jogurt naturalny *7/100g	60	
Obiad	Barszcz czerwony na wywarze mięsno-warzywnym z fasolą i ziemniakami (*7*9) 400ml	278	Barszcz czerwony na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml	245	Barszcz czerwony na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml	245	Barszcz po ukraińsku na wywarze mięsno-warzywnym z fasolą i ziemniakami (*7*9) 400ml	278	Barszcz czerwony (*7*9), ziemniaki,	625	
	Łazanki z mięsem wieprzowym i kapustą (*1*3*9) 300g	452	Makaron z mięsem wieprzowo-drobiowym i warzywami (*1*3*7) 300g	423	Makaron z mięsem wieprzowo-drobiowym i warzywami (*1*3*7) 300g	423	Łazanki z kapustą i mięsem wieprzowym z makaronem pełnoziarnistym (*1*3*9) 300g	442	mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml		
	Mandarynka 120g	45	Banan 1szt./150g	110	Banan 1szt./150g	110	Brokuł gotowany 150g	55	Kompot owocowy 250ml	50	
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml				
Podw	Salatka ze świeżych warzyw z fetą i olejem rzepakowym (*7) 150g	76	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Salatka ze świeżych warzyw z fetą i olejem rzepakowym (*7) 150g	76	Mus owocowy 100%/100g	54	
Kolacja	Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 50g	56	Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 50g	56	Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 50g	56	Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 50g	56	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9),	511	
	Mozzarella plaster(*7)20g	52	Mozzarella plaster(*7)20g	52	Mozzarella plaster(*7)20g	52	Mozzarella plaster(*7)20g	52	marchew,		
	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	pietruszką, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml		
	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 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, półdewicą wieprzową, jajkiem,sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	188	Bułka pszenna z mix roślinnym, półdewicą wieprzową,jajkiem sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	198	Bułka pszenna z mix roślinnym, półdewicą wieprzową, jajkiem sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	198	Bułka razowa z mix roślinnym, półdewicą wieprzową,jajkiem sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	188			
	Sok owocowy 300ml	81	Sok owocowy 300ml	81	Sok owocowy 300ml	81	Papryka słupki 100g	22			
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2541 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]: 2,33		Wartość energet. [kcal] 2482 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]: 2,12		Wartość energet. [kcal] 2482 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]: 2,12		Wartość energet. [kcal] 2249 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]: 2,22		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] 1,99		

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

21.06.2025-30.06.2025

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, 22 czerwca 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	Jajko gotowane 1szt./50g(*3)	70	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	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			
	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		
	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 makaronem (*1*3*9) 400ml	196	Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem (*1*3*9) 400ml	196	Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem (*1*3*9) 400ml	196	Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem razowym (*1*3*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			
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Kompot owocowy 250ml		
	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		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				
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 z indyka 75% (*1+6+9) 20g	19	Szynka drobiowa z indyka 75% (*1+6+9) 20g	19	Szynka drobiowa z indyka 75% (*1+6+9) 20g	19	Szynka drobiowa z indyka 75% (*1+6+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	177	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	177			
	Jabłko 130g	75	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Surówka z jabłka i marchewki z olejem rzepakowym 100g	52			
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2559 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

21.06.2025-30.06.2025

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, 23 czerwca 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 Pasta jajeczna z koperkiem (*3) 70g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	256 102 40 9 1 261 116	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1) 350ml Pasta jajeczna z koperkiem(*3) 70g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	256 102 40 9 1 263 116	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1) 350ml Pasta z białek jaj z koperkiem (*3) 70g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	256 82 40 9 1 263 116	Szynka wieprzowa (*1+6+9) 30g Pasta jajeczna z koperkiem (*3) 70g Ser żółty (*7) 20g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb razowy (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	45 102 70 9 1 251 116	Płatki jęczmienne na mleku 350ml (*7*1), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml	602	
II śniadanie	Galaretką z owocami bez cukru 123g	100	Galaretką z owocami bez cukru 123g	100	Galaretką z owocami bez cukru 123g	100	Jabłko 150g Pestki słonecznika (+8) 10g	75 54	Serek homogenizowany (*7) 150g	154	
Obiad	Barszcz biały na wywarze mięsno -warzywnym z ziemniakami (*1*7*9) 400ml Gulasz z szynki w sosie własnym (*1*7*9) 150g Kasza gryczana 200g Sałatka szwedzka z olejem rzepakowym 70g Cukinia parowana 50g Kompot wieloowocowy 250ml	255 268 242 28 14 50	Zupa koperkowa na wywarze mięsno - warzywnym z ziemniakami (*1*7*9) 400ml Gulasz z szynki w sosie własnym (*1*7*9) 150g Kasza jęczmienna (*1) 200g Szpinak gotowany z masłem *7 70g Cukinia parowana 50g Kompot wieloowocowy 250ml	235 268 236 42 14 50	Zupa koperkowa na wywarze mięsno - warzywnym z ziemniakami (*1*7*9) 400ml Gulasz z szynki w sosie własnym (*1*7*9) 150g Kasza jęczmienna (*1) 200g Szpinak gotowany z masłem *7 70g Cukinia parowana 50g Kompot wieloowocowy 250ml	235 268 236 42 14 50	Barszcz biały na wywarze mięsno -warzywnym z ziemniakami (*1*7*9) 400ml Gulasz z szynki w sosie własnym (*1*7*9) 150g Kasza gryczana 200g Sałatka szwedzka z olejem rzepakowym 70g Cukinia parowana 50g Woda 500ml	255 268 242 28 14	Zupa koperkowa (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml	625 50	
Podwie	Jogurt owocowy (*7) 100g	90	Jogurt owocowy (*7) 100g	90	Jogurt owocowy (*7) 100g	90	Jogurt naturalny (*7) 100g	60	Jogurt owocowy (*7) 100g	90	
Kolacja	Polędwica sopocka wieprzowa (*6+9+10+11) 60g Mozzarella plastry (*7) 20g Ogórek kiszony 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	65 56 6 261 116	Polędwica sopocka wieprzowa (*6+9+10+11) 60g Mozzarella plastry (*7) 20g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	65 56 9 263 116	Polędwica sopocka wieprzowa (*6+9+10+11) 60g Mozzarella plastry (*7) 20g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	65 56 9 263 116	Polędwica sopocka wieprzowa (*6+9+10+11) 60g Mozzarella plastry (*7) 20g Ogórek kiszony 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	65 56 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 mix roślinnym, serem żółtym, jajkiem,salata i ogórkiem (*7*1*6+9+10) 100g Mandarynka 100g	198 45	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, jajkiem salata i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Mandarynka 100g	202 45	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, jajkiem salata i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Mandarynka 100g	202 45	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, serem żółtym, jajkiem, salata i ogórkiem (*1*7*6+9+10) 100g Pomidor 1szt./100g	198 18			
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2610 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]2545 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]2545 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] 2545 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

21.06.2025-30.06.2025

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.

	Wtorek, 24 czerwca 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 zieleciną (*7)70g	82	Pasta twarogowa z zieleciną (*7)70g	82	Pasta twarogowa z zieleciną (*7)60g	87	mleko w proszku (*7), miód, bułka pszen		
	Szynka		Szynka	19	Szynka	19	Szynka		450ml		
	drobiowa(*1+6+9+10)20g	19	drobiowa(*1+6+9+10)20g	19	drobiowa(*1+6+9+10)20g	19	drobiowa(*1+6+9+10)20g	19	Herbata 250ml		
	Ogórek 50g	6	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Ogórek 50g	6			
	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			
	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	Pomarańcza 1szt./150g	112	Banan 1szt./120g	110	Banan 1szt./120g	110	Pomarańcza 1szt./150g Pestki dyni (+8) 10g	112 58	Mus owocowy 100%/100g	54	
Obiad	Zupa z fasolką szparagową na wywarze mięsno-warzywnym z zacierką (*1*7*9)400ml	256	Zupa wiejska z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9)400ml	201	Zupa wiejska z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9)400ml	201	Zupa z fasolką szparagową naa wywarze mięsno-warzywnym z makaronem razowym (*1*7*9)400ml	256	Zupa wiejska (*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	Marchew gotowana z masłem (*7)70g	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	50	
	Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 70g	44	Kalafior gotowany 50g	32	Marchew gotowana z masłem (*7)70g	32	Ryż brązowy 200g	247			
	Kalafior gotowany 50g	16	Kompot wieloowocowy 250ml	16	Kalafior gotowany 50g	16	Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 70g	44			
	Kompot wieloowocowy 250ml	50		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	142	Serek wiejski (*7) 150g	142	
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	545	
	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	Bułka razowa z mix roślinnym, polędwicą sopocką, jajkiem,salată i papryką (*7*1*6+9+10) 100g	188	Bułka pszenna z mix roślinnym, polędwicą sopocką, jajkiem, salată i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	198	Bułka pszenna z mix roślinnym, polędwicą sopocką jajkiem,salată i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	198	Bułka razowa z mix roślinnym, polędwicą sopocką, jajkiem,salată i papryką (*1*7*6+9+10) 100g	188			
	Papryka słupki 100g	21	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100g/100%	54	Papryka słupki 100g	21			
WARTOŚCI ODŻWICZE	Wartość energet. [kcal] 2498 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

21.06.2025-30.06.2025

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, 25 czerwca 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 proszku (*7),	
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	miód, bułka pszenna (*1)	
	Jajko w sosie koperkowym (*7*3) 50g/30ml	95	Jajko w sosie koperkowym (*7*3) 50g/30ml	95	Szynkowa drobiowa z majerankiem(*9*10+1) 60g	62	Jajko w sosie koperkowym (*7*3) 50g/30ml	95	450ml	
	Szynkowa drobiowa z majerankiem (*9*10+1) 40g	35	Szynkowa drobiowa z majerankiem(*9*10+1) 40g	35	Miód 15g	40	Szynkowa drobiowa z majerankiem(*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 100g	45	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Mandarynka 100g Pestki słonecznika (+8) 10g	45 54	Mus owocowy 100%/100g	54
Obiad	Zupa pomidorowa na wtywarze mięsno-warzywnym z ryżem (*7*9) 400ml	256	Zupa pomidorowa na wtywarze mięsno-warzywnym z ryżem(*7*9) 400ml	256	Zupa pomidorowa na wtywarze mięsno-warzywnym z ryżem (*7*9) 400ml	256	Zupa pomidorowa na wtywarze mięsno-warzywnym z ryżem brązowym (*7*9) 400ml	247	Zupa pomidorowa (*7,*9), ziemniaki,	625
	Kotlet mielony wieprzowodrobiowy pieczony (*1*3) 100g	262	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	Kotlet mielony wieprzowodrobiowy pieczony (*1*3) 100g	262	mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	50
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Kompot wieloowocowy 250ml	
	Mizeria z jogurtem naturalnym *7 70g	22	Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 70g	42	Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 70g	42	Mizeria z jogurtem naturalnym *7 70g	21		
	Cukinia gotowana 50g	14	Cukinia gotowana 50g	14	Cukinia gotowana 50g	14	Cukinia gotowana 50g	14		
	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Woda 500ml			
Podwieczorek	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		
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml				
Nocny	Kanapka tostowa razowa z szynką drobiową, mozzarellą, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	203	Kanapka tostowa pszenna z szynką drobiową ,mozzarellą, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	213	Kanapka tostowa pszenna z szynką, mozzarella, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	213	Kanapka tostowa razowa z szynką drobiową , mozzarellą, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	203		
	Banan 120g	110	Mandarynka 100g	45	Mandarynka 100g	45	Surówka z jabłka i marchewki z olejem rzepakowym 100g	52		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2420 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] 2411 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] 2401 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] 2425 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

21.06.2025-30.06.2025

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, 26 czerwca 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	Jajko gotowane 1szt./50g*3	70	Płatki owsiane na mleku (*7),	
	Polędwica wieprzowa (+1+9+10+11) 50g	65	Polędwica wieprzowa (+1+9+10+11) 60g	65	Polędwica wieprzowa (+1+9+10+11) 60g	65	Polędwica wieprzowa (+1+9+10+11) 50g	65	mleko w proszku (*7),	
	Ser żółty(*7) 20g	70	Mozzarella plastry *7/20g	56	Mozzarella plastry *7/20g	56	Mozzarella plastry *7/20g	56	miód, bułka pszenna (*1)	
	Ogórek kiszony 50g	6	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Ogórek kiszony 50g	6	450ml	
	Rozszponka 5g	1	Rozszponka 5g	1	Rozszponka 5g	1	Rozszponka 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	Arbuz 150g	45	Arbuz 150g	45	Arbuz 150g	45	Gruszka 160g/1szt Pestki dyni (+8) 10g	85 58	Jogurt owocowy (*7) 150g	
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),	
	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	ziemniaki, mięso wieprzowe, mleko w proszku (*7),	
	Jabłko 150g	75	Banan 150g	110	Banan 150g	110	Brokuł gotowany 150g	55	śmietana (*7) 450ml	
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml		Kompot wieloowocowy 250ml	
Podwie	Serek homogenizowany owocowy 150g (*7)	154	Serek homogenizowany owocowy 150g (*7)	154	Serek homogenizowany owocowy 150g (*7)	154	Jogurt naturalny (*7) 150g	90	Mus owocowy 100%/100g	
Kolacja	Salatka śledziowa z cebulką, jajkiem i ogórkiem kiszonym z olejem rzepakowym (*3*4) 120g	156	Pasta rybna z morszczukiem i koperkiem (*4*7) 70g	86	Pasta rybna z morszczukiem i koperkiem (*4*7) 70g	86	Salatka śledziowa z cebulką, jajkiem i ogórkiem kiszonym z olejem rzepakowym (*3*4) 120g	156	Mięso wieprzowe, jajko(*3),	
	Pomidor 50g	9	Szynka drobiowa (*1+6+9) 20g	21	Szynka drobiowa (*1+6+9) 20g	21	Pomidor 50g	9	seler(*9),	
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Chleb razowy (*1) 100g	251	marchew,	
	Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g	116	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g	116	pietruszką, oliwa,	
	Herbata b/c 250ml		Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g	116	Herbata b/c 250ml		masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	
									Herbata 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] 2522 Białko ogółem [g]: 125,34 Tłuszcz[g]: 85,87 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 335,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 45,09 Sód[g]: 2,34		Wartość energet. [kcal] 2349 Białko ogółem [g]: 109,98 Tłuszcz[g]: 75,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 332,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:32,12 Sód[g]: 2,12		Wartość energet. [kcal] 2349 Białko ogółem [g]: 109,98 Tłuszcz[g]: 75,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 332,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:32,12 Sód[g]: 2,12		Wartość energet. [kcal] 2331 Białko ogółem [g]:109,63 Tłuszcz[g]: 78,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 316,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:40,99 Sód[g]: 2,32		Wartość energet. [kcal]2089 Białko ogółem [g] 77,45 Tłuszcz[g] 65,34 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 302,34 W tym cukry [g] 31,22 Błonnik[g] 24,45 Sód [g] 3,11	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

21.06.2025-30.06.2025

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, 27 czerwca 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	Twaróg plaster (*7) 30g	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	
	Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g	40	Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g	40	Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g	40	Szynka z indyka 75%(*9*10) 20g	19	proszku (*7),	
	Papryka 50g	10	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Papryka 50g	10	miód, bułka	
	Rukola 5g	1	Rukola 5g	1	Rukola 5g	1	Rukola 5g	1	pszenna (*1) 450ml	
II śniadanie	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		Sok owocowy 300ml	81
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml			
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
	Kotlet rybny z morszczuka panierowany i smażony (*1*3*4) 100g	285	Pulpet rybny z morszczuka parowany w sosie z masłem i koperkiem (*4*7) 100g	235	Pulpet rybny z morszczuka parowany w sosie z masłem i koperkiem (*4*7) 100g	235	Pulpet rybny z morszczuka parowany w sosie z masłem i koperkiem (*4*7) 100g	235	mięso drobiowe,	
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	mleko w	
	Surówka z białej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 70g	56	Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 70g	35	Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7)70g	35	Surówka z białej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 70g	56	proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	
	Szpinak gotowany 50g	11	Szpinak gotowany 50g	11	Szpinak gotowany 50g	11	Szpinak gotowany 50g	11	Kompot	
Podwiecz	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml	50	wielooowocowy 250ml	50
	Kefir (*7) 200ml	102	Kefir (*7) 200ml	102	Kefir (*7) 200ml	102	Kefir (*7) 200ml	102	Kefir (*7) 200ml	102
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 razowy z warzywami i kurczakiem (*1*9*7*3) 200g	167	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9),	545
	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	marchew,	
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g	251	pietruszką,	
	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	oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	
Nocny	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata 250ml	
	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, mozzarellą , szynką wieprz., sałatą i papryka (*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		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Pomidor 1szt./100g	18	Galeretka owocowa 123g	100	Galeretka 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

21.06.2025-30.06.2025

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, 28 czerwca 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 100g	45	Mandarynka 100g	45	Mandarynka 100g	45	Mandarynka 100g 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			
	Papryka 50g	10	Cukinia parzona 50g	7	Cukinia parzona 50g	7	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 kanapkowe83%(*7) 20g	116			
Nocny	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata bez cukru 250ml				
	Kanapka tostowa razowa z szynką drobiową, twarogiem, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Papryka słupki100g	184 22	Kanapka tostowa pszenna z szynką drobiową, twarogiem, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Sok owocowy 300ml	194 81	Kanapka tostowa pszenna z szynką, twarogiem, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Sok owocowy 300ml	194 81	Kanapka tostowa razowa z szynką drobiową, twarogiem, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Papryka słupki 100g	184 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

21.06.2025-30.06.2025

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, 29 czerwca 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),		
	Jajecznic na parze (*3) 100g	202	Jajecznic na parze (*3) 100g	202	Jajecznic na parze (*3) 100g	76	Jajecznic na parze (*3) 100g	202	miód, bułka		
	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	pszenna (*1) 450ml		
	Rzodkiew biała 50g	7	Rzodkiew biała 50g	7	Rzodkiew biała 50g	7	Rzodkiew biała 50g	7	Herbata 250ml		
	Rukola 5g	1	Rukola 5g	1	Pomidor 50g	9	Liść sałaty 5g	1			
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Pomidor 50g	1	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 150g 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	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	wieprzowe , mleko w		
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	proszku (*7), śmietana (*7) 450ml		
	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g	45	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g	45	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g	45	Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 70g	44	Kompot owocowy 250ml	50	
	Fasolka szparagowa 50g	14	Kalafior gotowany 50g	16	Kalafior gotowany 50g	16	Fasolka szparagowa 50g	14			
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml				
Podwie	Jogurt naturalny (*7) 150g	90	Jogurt naturalny (*7) 150g	90	Jogurt naturalny (*7) 150g	90	Jogurt naturalny (*7) 100g	60	Jogurt naturalny (*7) 100g	60	
Kolacja	Risotto z kurczakiem i warzywami na ciepło (*9) 200g	176	Risotto z kurczakiem i warzywami na ciepło (*9) 200g	176	Risotto z kurczakiem i warzywami na ciepło (*9) 200g	176	Risotto z ryżu brązowego z kurczakiem i warzywami na ciepło (*9) 200g	187	Mięso wieprzowe, jajko(*3),	545	
	Papryka 50g	6	Cukinia parzona 50g	7	Cukinia parzona 50g	7	Papryka 50g	6	seler(*9), marchew,		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	251	pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml		
	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	Herbata 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			
	Jabłko 150g	75	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%.100g	54	Rzodkiew biała talarki 100g	23			
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2515 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] 2388 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]2388 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] 2260 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

21.06.2025-30.06.2025

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.

	Poniedziałek, 30 czerwca 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 (*)350ml	255	Płatki jaglane na mleku (*)7)350ml	255	Płatki jaglane na mleku (*)7)350ml	255	Półedwica drobiowa (+1+9+10+11) 30g	35	Płatki jaglane na mleku (*7),	602	
	Paszтет zapiekany drobiowy z suszonymi pomidorami (*1*3*9+7+6) 50g	156	Półedwica drobiowa (+1+9+10+11) 60g	52	Półedwica drobiowa (+1+9+10+11) 60g	52	Paszтет zapiekany z suszonymi pomidorami (*1*3*9+6) 50g	156	mleko w proszku (*7), miód, suchary (*1) 450ml		
	Ser żółty(*)7 20g	70	Dżem truskawkowy 25g	40	Dżem truskawkowy 25g	40	Mozzarella (*7) 30g	56			
	Ogórek kiszony 50g	6	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Ogórek kiszony 50g	6			
	Roszpodka 5g	1	Roszpodka 5g	1	Roszpodka 5g	1	Roszpodka 5g	1	Herbata 250ml		
	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		Mix śniadaniowe kanapkowe(*)7 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*)7 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*)7 20g				
	Herbata b/c 250ml	116	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml	116			
II śniadanie	Banan 1szt./150g	110	Banan 1szt./150g	110	Banan 1szt./150g	110	Pomarańcza 150g Orzechy włoskie (*8)10g	112 68	Jogurt naturalny (*) 150g	90	
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	Kompot wieloowocowy 250ml	50	
	Kluski śląskie (*1) 160g/8szt	206	Kluski śląskie (*1) 160g/8szt	42	Kluski śląskie (*1) 160g/8szt	42	Kasza gryczana 200g	62			
	Surówka z kapusty pekińskiej, papryki, koperku i marchewki z olejem rzepakowym i koperkiem 70g	62	Szpinak gotowany z masłem (*7) 70g	36	Szpinak gotowany z masłem (*7) 70g	206	Surówka z kapusty pekińskiej, papryki, koperku i marchewki z olejem rzepakowym i koperkiem 70g	36			
	Sałata z oliwą 50g	36	Sałata z oliwą 50g	50	Sałata z oliwą 50g	42	Sałata z oliwą 50g				
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml		Kompot owocowy 250ml	36	Woda 500ml	50			
Podwie	Galaretka z owocami bez cukru 123g	100	Galaretka z owocami bez cukru 123g	100	Galaretka z owocami bez cukru 123g	100	Sałatką 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, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	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			
	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9			
	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, półedwicą drobiową, mozzarellą sałatą i ogórkiem (*1*6*7+9+10) 100g	203	Bułka pszenna z mix roślinnym, półedwicą drobiową, mozzarellą sałatą i pomidorem (*1*6*7+9+10) 100g	213	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, półedwicą drobiową, mozzarellą sałatą i pomidorem (*1*6*7+9+10) 100g	213	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, półedwicą drobiową, mozzarellą sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g	203			
	Mandarynka 100g	45	Mandarynka 100g	45	Mandarynka 100g	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 sporządził(a): Patrycja Wójtowicz
na zlecenie i wg wytycznych firmy cateringowej PPUH Natalia Madej