

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

1.08.2025-10.08.2025

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.

Piątek, 1 sierpnia 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	255	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml	255	Mozzarella (*7) 20g	47	Płatki owsiane na mleku (*7+1), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	589	
	Pasta twarogowa z pomidorami (*7) 70g	92	Pasta twarogowa z pomidorami (*7) 70g	92	Pasta twarogowa z pomidorami (*7) 70g	92	Pomidorami (*7) 70g	112			
	Miód 15g	40	Miód 15g	40	Miód 15g	40	Polędwica sopocka (*6+9+10) 20g	35			
	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9			
	Roszponka 5g	261	Roszponka 5g	1	Roszponka 5g	1	Roszponka 5g	1			
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	116	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	116	Herbata z cukrem 250ml		
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml				
II śniad	Banan 1szt./120g	110	Banan 1szt./120g	110	Banan 1szt./120g	110	Pomarańcza 1szt./150g Migdały (*8) 10g	112 62	Sok owocowy 300ml	82	
Obiad	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno-warzywnym z zacierką (*1*3*7*9)400ml	262	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno-warzywnym z zacierką (*1*3*7*9)400ml	262	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno-warzywnym z zacierką (*1*3*7*9)400ml	262	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno-warzywnym z makaronem razowym (*1*7*9)400ml	257	Zupa szpinakowa (*7*9) , ziemniaki, ryba na parze (*4), brokuł, cukinia, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625	
	Ryba morskczuk panierowana i smażona (*1,*4,*3) 100g	278	Ryba morskczuk parowany z koperkiem i masłem (*4*7) 100g	245	Ryba morskczuk parowany z koperkiem parowany i masłem (*4,*7) 100g	245	Ryba morskczuk parowana z koperkiem i masłem (*4,*7) 100g	245			
	Surówka z kapusty kiszzonej i marchewki z olejem rzepakowym 70g	48	Cukinia gotowana z masłem (*7) 70g	32	Cukinia gotowana z masłem (*7) 70g	32	Surówka z kapusty kiszzonej i marchewki z olejem rzepakowym 100g	48			
	Brokuł gotowany 50g	16	Brokuł gotowany 50g	16	Brokuł gotowany 50g	16	Brokuł gotowany 50g	16			
	Ziemniaki gotowane 200g	142	Ziemniaki gotowane 200g	142	Ziemniaki gotowane 200g	142	Ziemniaki gotowane 200g	142			
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml	142	Kompot owocowy 250ml	50	
Podwie	Jogurt owocowy *7 100g	90	Jogurt owocowy *7 100g	90	Jogurt owocowy *7 100g	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), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	545	
	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 kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116			
Nocty	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata 250ml		
	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, mozzarella ,połędwica wieprzowa sałatą i papryką (*7*1*6+9+10) 100g	182	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarella ,połędwica wieprzowa,sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	191	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarella ,połędwica wieprzową,sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	191	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, mozzarella, połędwicą wieprzową sałatą i papryką (*1*7*6+9+10) 100g	182			
	Galaretka z owocami b/c 123g	100	Galaretka z owocami b/c 123g	100	Galaretka z owocami b/c 123g	100	300ml Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 100g	55			
WARTOŚCI ODŻYWCZE		Wartość energet. [kcal] 2552 Białko ogółem [g]: 90,04 Tłuszcz[g]: 78,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 325,23 w tym cukry[g]: 36,245 Błonnik[g]:32,12 Sód [g]: 2,42		Wartość energet. [kcal] 2481 Białko ogółem [g]: 88,44 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]: 2,55		Wartość energet. [kcal]2461 Białko ogółem [g]: 88,54 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]: 2,49		Wartość energet. [kcal] 2225 Białko ogółem [g]:89,54 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]: 2,28		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 Poliklinika MSWiA

1.08.2025-10.08.2025

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.

	Sobota, 2 sierpnia 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	Połędwica drobiowa z majerankiem (+1+9+10+11) 30g	28	Płatki jaglane na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	589	
	Paszтет zapiekany drobiowy z suszonymi pomidorami (*1*3*9+7+6) 60g	146	Połędwica drobiowa z majerankiem (+1+9+10+11) 60g	52	Połędwica drobiowa z majerankiem (+1+9+10+11) 60g	52	Paszтет zapiekany z suszonymi pomidorami (*1*3*9+6) 60g	146			
	Twaróg plaster (*7) 30g	47	Twaróg plaster (*7) 30g	47	Twaróg plaster (*7) 30g	47	Twaróg plaster (*7) 30g	47			
	Ogórek kiszony 50g	6	Cukinia parzona 50g	7	Cukinia parzona 50g	7	Ogórek kiszony 50g	6			
	Rukola 5g	1	Rukola 5g	1	Rukola 5g	1	Rukola 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	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 śniad	Arbuz 150g	45	Arbuz 150g	45	Arbuz 150g	45	Serek wiejski *7/150g	142	Jogurt owocowy *7/100g	90	
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, mięso drobiowe, marchewka, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625	
	Łazanki z mięsem wieprzowym i kapustą (*1*3*9) 300g	452	Makaron pszenny gotowany (200g) z mięsem wieprzowo-drobiowym i warzywami (*1*3*7) 350g	423	Makaron pszenny gotowany (200g) z mięsem wieprzowo-drobiowym i warzywami (*1*3*7) 350g	423	Łazanki z kapustą i mięsem wieprzowym z makaronem pełnoziarnistym (*1*3*9) 300g	442			
	Jabłko 150g	75	Banan 1szt./150g	110	Banan 1szt./150g	110	Jabłko 150g	75	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), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	511	
	Mozzarella plaster(*7)20g	52	Mozzarella plaster(*7)20g	52	Mozzarella plaster(*7)20g	52	Mozzarella plaster(*7)20g	52			
	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					
Noenry	Bułka razowa z mix roślinnym, poledwicą wieprzową, jajkiem,sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g	188	Bułka pszenna z mix roślinnym, poledwicą wieprzową,jajkiem sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	198	Bułka pszenna z mix roślinnym, poledwicą wieprzową, jajkiem sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	198	Bułka razowa z mix roślinnym, poledwicą wieprzową,jajkiem sałatą i ogórkiem (*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] 2481 Białko ogółem [g]: 93,34 Tłuszcz[g]: 78,54 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 345,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 41,09 Sód [g]: 2,33		Wartość energet. [kcal] 2482 Białko ogółem [g]: 89,98 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]: 89,98 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]: 93,08 Tłuszcz[g]: 72,65 w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,03 Węglowodany ogółem[g]: 291,12 w tym cukry[g]: 21,64 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

1.08.2025-10.08.2025

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, 3 sierpnia 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 Kiełbasa drobiowa pieczona(+9+10) 100g Musztarda (*9*10) 20g Papryka 50g Rukola 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	247 202 14 10 1 261 116	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Kiełbasa drobiowa pieczona(+9+10) 100g Kecup (*9) 20g Pomidor 50g Rukola 5g Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	247 202 20 9 1 263 116	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Polędwica sopocka (*6+9+10) 50g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Rukola 5g Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	247 62 40 9 1 263 116	Jajko gotowane 1szt./50g(*3) Kiełbasa drobiowa pieczona (+9+10) 100g Musztarda (*9*10) 20g Papryka 50g Rukola 5g Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	70 202 14 10 1 251 116	Płatki owsiane na mleku 350ml (*7+1), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml	602
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	Mandarynka 100g Migdały (*8) 10g	45 62	Kefir (*7) 200ml	102
Obiad	Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z ryżem (*9) 400ml Udko drobiowe pieczone 150g Ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 70g Sałata z oliwą 50g Kompot owocowy 250ml	196 265 142 56 36 50	Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z ryżem (*9) 400ml Udko gotowane w sosie koperkowym 150g/30ml (*1*7) Ziemniaki 200g Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 70g Sałata z oliwą 50g Kompot owocowy 250ml	196 245 142 45 36 50	Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z ryżem (*9) 400ml Udko gotowane w sosie koperkowym 150g/30ml (*1*7) Ziemniaki 200g Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7)70g Sałata z oliwą 50g Kompot owocowy 250ml	196 245 142 45 36 50	Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z ryżem brązowym (*9) 400ml Udko drobiowe pieczone 150g Ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 70g Sałata z oliwą 50g Woda 500ml	194 265 142 56 36	Rosół (*9) ziemniaki, mięso drobiowe, bukiet warzyw, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot owocowy 250ml	625 50
Podwie	Mandarynka 100g	45	Mandarynka 100g	45	Mandarynka 100g	45	Kefir *7/200ml	102	Mus owocowy 100%/100g	54
Kolacja	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorem (*7) 70g Szyńka drobiowa z indyka 75% (*1+6+9) 20g Ogórek 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	89 19 6 261 116	Twarożek z koperkiem (*7) 70g Szyńka drobiowa z indyka 75% (*1+6+9) 20g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	82 19 7 263 116	Twarożek z koperkiem (*7) 70g Szyńka drobiowa z indyka 75% (*1+6+9) 20g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	82 19 7 263 116	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorem (*7) 70g Szyńka drobiowa z indyka 75% (*1+6+9) 20g Ogórek 50g Chleb razowy (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	89 19 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, polędwicą wieprzową, serem żółtym sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Jabłko 150g	177 75	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, polędwicą drobiową, twarożkiem sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Mus owocowy 100%/100g	194 54	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, polędwicą drobiową, twarożkiem,salatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Mus owocowy 100%/100g	194 54	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, polędwicą wieprzową, serem żółtym sałatą i pomidorem(*1*6+9+10) 100g Surówka z jabłka i marchewki z olejem rzepakowym 100g	177 52		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2470 Białko ogółem [g]: 92,26 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]: 2,35		Wartość energet. [kcal] 2388 Białko ogółem [g]: 84,23 Tłuszcz[g]: 68,12 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] 2388 Białko ogółem [g]: 84,23 Tłuszcz[g]: 68,12 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

1.08.2025-10.08.2025

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, 4 sierpnia 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	Galaretka z owocami bez cukru 123g	100	Galaretka z owocami bez cukru 123g	100	Galaretka z owocami bez cukru 123g	100	Jabłko 150g Pestki słonecznika (+8) 10g	75 54	Serek homogenizowany (*7) 150g	154	
Obiad	Zupa grochowa na wywarze mięsno -warzywnym z ziemniakami (*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	289 268 242 28 14 50	Zupa jarzynowa 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	242 268 236 42 14 50	Zupa jarzynowa 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	242 268 236 42 14 50	Zupa grochowa na wywarze mięsno -warzywnym z ziemniakami (*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	289 268 242 28 14	Zupa jarzynowa (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe, szpinak, cukinia, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml	625 50	
Podwie	Jogurt naturalny (*7) 100g	60	Jogurt naturalny (*7) 100g	60	Jogurt naturalny (*7) 100g	60	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 120g	198 45	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarella, jajkiem salata i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Mandarynka 120g	202 45	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarella, jajkiem salata i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Mandarynka 120g	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] 2575 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

1.08.2025-10.08.2025

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

Wtorek, 5 sierpnia 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	19	Szynka	19	Szynka	19	Szynka	19	450ml	
	drobiowa(*1+6+9+10)20g	10	drobiowa(*1+6+9+10)20g	10	drobiowa(*1+6+9+10)20g	10	drobiowa(*1+6+9+10)20g	10		
	Papryka 50g	1	Pomidor 50g	9	Papryka 50g	9	Papryka 50g	1		
	Rukola 5g	261	Rukola 5g	1	Rukola 5g	1	Rukola 5g	251	Herbata 250ml	
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	116	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g	116		
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g		Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g		Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g		Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g			
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml				
II śniadanie	Banan 1szt./120g	110	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 naa wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml	256	Zupa wiejska z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9)400ml	201	Zupa wiejska z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9)400ml	201	Zupa z fasolką szparagową na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml	256	Zupa wiejska (*7*9), ziemniaki, mięso drobiowe,	625
	Pierogi mięsne z nadzieniem drobiowo-wieprzowym okraszone masłem (*1*3*7)6szt./250g	545	Pierogi mięsne z nadzieniem drobiowo-wieprzowym okraszone masłem (*1*3*7)6szt./250g	545	Pierogi mięsne z nadzieniem drobiowo-wieprzowym okraszone masłem (*1*3*7)6szt./250g	545	Potrawka z kurczaka z warzywami (*1*7) 150g	221	marchewka, mleko w proszku (*7), śmietana (*7)	
	Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 70g	44	Marchew gotowana z masłem (*7)70g	32	Marchew gotowana z masłem (*7)70g	32	Ryż brązowy 200g	247	450ml	50
	Kalafior gotowany 50g	16	Kalafior gotowany 50g	16	Kalafior gotowany 50g	16	Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 70g	44	Kompot owocowy 250ml	
	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kalafior gotowany 50g	16		
	Woda 500ml						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),	545
	Ogórek 50g	6	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Ogórek 50g	6	marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	14	Chleb pszenny (*1)100g	14	Chleb razowy (*1)100g	251	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			
Nocty	Bułka razowa z mix roślinnym, polędwicą sopocką, jajkiem,sałatą i pomidorem (*7*1*6+9+10) 100g	188	Bułka pszen	198	Bułka pszen	198	Bułka razowa z mix roślinnym, polędwicą sopocką, jajkiem,sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	188		
	Pomidor 100g	21	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100g/100%	54	Pomidor 100g	21		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	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

1.08.2025-10.08.2025

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.

Środa, 6 sierpnia 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		
	Kielki rzodkiewki 5g	1	Sałata 1 liść/ 5g	1	Sałata 1 liść/ 5g	1	Kielki rzodkiewki 5g	1		
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata bez cukru 250ml			
II śniadanie	Brzoskwinia 100g	45	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Brzoskwinia 100g Pestki słonecznika (+8) 10g	45 54	Mus owocowy 100%/100g	54
Obiad	Zupa pomidorowa na wtywarze mięsno-warzywnym z makaronem (*7*9) 400ml	256	Zupa pomidorowa na wtywarze mięsno-warzywnym z makaronem *7*9) 400ml	256	Zupa pomidorowa na wtywarze mięsno-warzywnym z makaronem(*7*9) 400ml	256	Zupa pomidorowa na wtywarze mięsno-warzywnym z makaronem (*7*9) 400ml	247	Zupa pomidorowa (*7,*9), ziemniaki,	625
	Kotlet mielony wieprzowo-drobiowy pieczony (*1*3) 100g	262	Pulpet z mięsa drobiowo-wieprzowego w sosie koperkowym (*1*7*9) 100g/50ml	225	Pulpet z mięsa drobiowo-wieprzowego w sosie koperkowym (*1*7*9) 100g/50ml	225	Kotlet mielony wieprzowo-drobiowy pieczony (*1*3) 100g	262	bukiet warzyw, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7),	50
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	śmietana (*7)	
	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	450ml	
	Cukinia gotowana 50g	14	Cukinia gotowana 50g	14	Cukinia gotowana 50g	14	Cukinia gotowana 50g	14	Kompot wieloowocowy 250ml	
	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	Kefir (*7) 200ml	102
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),	545
	Dżem truskawkowy 25g	40	Dżem truskawkowy 25g	40	Dżem truskawkowy 25g	40	Szynka drobiowa (*6+7+9) 30g	29	marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1)	
	Papryka 50g	10	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Papryka 50g	10	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 kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116		
Nocny	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml			
	Kanapka tostowa razowa z szynką drobiową, mozzarella, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Banan 120g	203 110	Kanapka tostowa pszenna z szynką drobiową, mozzarella, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Brzoskwinia 100g	213 45	Kanapka tostowa pszenna z szynką, mozzarella, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Brzoskwinia 100g	213 45	Kanapka tostowa razowa z szynką drobiową, mozzarella, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Surówka z jabłka i marchewki z olejem rzepakowym 100g	203 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

1.08.2025-10.08.2025

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.

Czwartek, 7 sierpnia 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), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml	
	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		
	Ser żółty(*7) 20g	70	Mozzarella plastry *7/20g	56	Mozzarella plastry *7/20g	56	Mozzarella plastry *7/20g	56		
	Ogórek kiszony 50g	6	Cukinia parzona 50g	7	Cukinia parzona 50g	7	Ogórek kiszony 50g	6		
	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		
	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 150g/1szt Pestki dyni (+8) 10g	85 58	Jogurt owocowy (*7) 100g	
Obiad	Zupa fasolowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml	285	Zupa brokułowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml	228	Zupa brokułowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml	228	Zupa fasolowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml	285	Zupa brokułowa (*7,*9), ziemniaki, mięso wieprzowe, brokuł gotowany, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml	
	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		
	Jabłko 150g	75	Banan 150g	110	Banan 150g	110	Brokuł gotowany 150g	55		
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml			
Podwie	Serek homogenizowany owocowy 150g (*7)	154	Serek homogenizowany owocowy 150g (*7)	154	Serek homogenizowany owocowy 150g (*7)	154	Jogurt naturalny (*7) 100g	60	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), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	
	Pomidor 50g	9	Szynka drobiowa (*1+6+9) 20g	21	Szynka drobiowa (*1+6+9) 20g	21	Pomidor 50g	9		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Chleb razowy (*1) 100g	251		
	Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g	116	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g	116		
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml				
Noenry	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

1.08.2025-10.08.2025

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.

	Piątek, 8 sierpnia 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		
	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 z cukrem 250ml		
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml				
II śniadanie	Arbuz 150g	55	Arbuz 150g	55	Arbuz 150g	55	Kiwi 100g	35	Sok owocowy 300ml	81	
							Migdały (*8) 10g	65			
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),	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	ziemniaki,		
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	mięso drobiowe,		
	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	bukiet warzyw, mleko w		
	Szpinak gotowany 50g	11	Szpinak gotowany 50g	11	Szpinak gotowany 50g	11	Szpinak gotowany 50g	11	proszku (*7),		
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	śmietana (*7) 450ml	50	
									Kompot wieloowocowy 250ml		
Podwiecz	Kefir (*7) 200ml	102	Kefir (*7) 200ml	102	Kefir (*7) 200ml	102	Kefir (*7) 200ml	102	Kefir (*7) 200ml	102	
Kolacja	Zapiekanka makaronowa z warzywami i kurczakiem (*1*9*7*3) 200g	178	Zapiekanka makaronowa z warzywami i kurczakiem (*1*9*7*3) 200g	178	Zapiekanka makaronowa z warzywami i kurczakiem (*1*9*7*3) 200g	178	Zapiekanka makaronowa z makaronem razowym z warzywami i kurczakiem (*1*9*7*3) 200g	167	Mięso wieprzowe,	545	
	Ogórek 50g	6	Cukinia parzona 50g	7	Cukinia parzona 50g	7	Ogórek 50g	6	jajko(*3),		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g	251	seler(*9),		
	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	marchew,		
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c250ml		Herbata b/c 250ml		pietruszk,		
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, mozzarellą , szynką wieprz., sałatą i papryka (*7*1*6+9+10) 100g	177	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, szynką wieprz.,sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	182	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, szynką wieprz ,sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	182	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, mozzarellą, szynką wieprz , sałatą i rzodkiewką (*1*7*6+9+10) 100g	177	oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml		
	Pomidor 100g	22	Galaretk a owocowa 123g	100	Galaretk a owocowa 123g	100	Pomidor 100g	22	Herbata 250ml		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2421 Białko ogółem [g]: 101,04 Tłuszcz[g]: 78,12 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] 2384 Białko ogółem [g]: 92,34 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]2364 Białko ogółem [g]: 91,22 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

1.08.2025-10.08.2025

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.

	Sobota, 9 sierpnia 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 mieszaný 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		
	Roszpodka 5g	9	Roszpodka 5g	9	Roszpodka 5g	9	Roszpodka 5g	9			
	Herbata b/c 250ml	1	Herbata b/c 250ml	1	Herbata b/c 250ml	1	Herbata bez cukru 250ml	1			
II śniadanie	Brzoskwinia 100g	45	Brzoskwinia 100g	45	Brzoskwinia 100g	45	Brzoskwinia 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, marchewka, 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	90	
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 mieszaný ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	251			
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116			
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata bez cukru 250ml				
Nocny	Kanapka tostowa razowa z szynką drobiową, twarogiem, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	184	Kanapka tostowa pszenna z szynką drobiową, twarogiem, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	194	Kanapka tostowa pszenna z szynką, twarogiem, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	194	Kanapka tostowa razowa z szynką drobiową, twarogiem, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	184			
	Sok owocowy 300ml	81	Sok owocowy 300ml	81	Sok owocowy 300ml	81	Pomidor 1szt./100g	18			
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2458 Białko ogółem [g]108,54 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]: 95,66 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]: 95,66 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]: 100,63 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

1.08.2025-10.08.2025

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, 10 sierpnia 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),		
	Jajecznica na parze (*3) 100g	202	Jajecznica na parze (*3) 100g	202	Jajecznica z białek jaj na parze (*3) 100g	76	Jajecznica 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	Pomidor 50g	9	30g	9	Rzodkiew biała 50g	7	Herbata 250ml		
	Rukola 5g	1	Rukola 5g	1	Pomidor 50g	1	Liść sałaty 5g	1			
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Rukola 5g		Herbata bez cukru 250ml				
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Rukola 5g		Herbata bez cukru 250ml					
II śniadanie	Babka drożdżowa(*1*3*7+6) 50g	152	Babka drożdżowa(*1*3*7+6) 50g	152	Babka drożdżowa(*1*3*7+6) 50g	152	Morela 100g Pestki dyni (+8) 10g	45 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 drobiowe,	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	buraczki,		
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	kalafior gotowany,		
	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	mleko w proszku (*7),		
	Fasolka szparagowa 50g	14	Kalafior gotowany 50g	16	Kalafior gotowany 50g	16	Fasolka szparagowa 50g	14	śmietana (*7) 450ml		
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml		50
Podwie	Jogurt naturalny (*7) 100g	60	Jogurt naturalny (*7) 100g	60	Jogurt naturalny (*7) 100g	60	Jogurt naturalny (*7) 100g	60	Jogurt naturalny (*7) 100g	60	
Kolacja	Mozzarella plastry (*7) 50g	112	Mozzarella plastry (*7) 50g	112	Mozzarella plastry (*7) 50g	112	Mozzarella plastry (*7) 50g	112	Mięso wieprzowe, jajko(*3),	545	
	Szynka drobiowa (*1+6+7+9) 30g	32	Szynka drobiowa (*1+6+7+9) 30g	32	Szynka drobiowa (*1+6+7+9) 30g	32	Szynka drobiowa (*1+6+7+9)30g	32	seler(*9),		
	Ogórek kiszony 50g	6	Cukinia parzona 50g	7	Cukinia parzona 50g	7	Ogórek kiszony 50g	6	marchew,		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g	263	pietruszka, oliwa,		
	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	masło (*7), kasza manna (*1) 450ml		
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata 250ml			
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, połówką sopocką, jajkiem, sałatą i papryką (*7*1*6+9+10) 100g	188	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, połówką sopocką, jajkiem, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	198	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, połówką sopocką, jajkiem, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	198	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, połówką 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]: 104,04 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]: 93,22 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]: 93,22 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] 98,33 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		