

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

21.08.2025-31.08.2025

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, 21 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	245	Płatki jaglane na mleku (*7) 350ml	245	Płatki jaglane na mleku (*7) 350ml	245	Mozzarella *7/20g	47	Płatki jaglane na	589
	Chleb mieszany, ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	251	mleku (*7), mleko	
	Mix śniadaniowe	116	Mix śniadaniowe	116	Mix śniadaniowe	116	Mix śniadaniowe	116	w proszku (*7),	
	kanapkowe(*7) 20g	65	kanapkowe(*7) 20g	65	kanapkowe(*7) 20g	65	kanapkowe(*7) 20g	65	miód, bułka	
	Połędwica sopocka (+1+9+10) 50g	40	Połędwica sopocka (+1+9+10) 50g	40	Połędwica sopocka (+1+9+10) 50g	40	Połędwica sopocka (+1+9+10) 50g	32	pszenna (*1) 450ml	
	Dżem truskawkowy 25g	7	Dżem truskawkowy 25g	7	Dżem truskawkowy 25g	7	Twaróg plastry	7	Herbata 250ml	
	Pomidor 50g	1	Pomidor 50g	1	Pomidor 50g	1	*7/30g	1		
Rukola 5g		Rukola 5g		Rukola 5g		Pomidor 50g				
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Rukola 5g				
						Herbata bez cukru 250ml				
II śniadanie	Jabłko 150g	75	Banan 120g	110	Banan 120g	110	Jabłko 150g	75	Mus owocowy	54
							Pestki słonecznika (+8) 10g	54	100%/100g	
Obiad	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 jarzynowa na wywarze mięsno- warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml	242	Zupa jarzynowa na wywarze mięsno- warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml	242	Zupa jarzynowa (*7,*9), ziemniaki,	625
	Pulpet z mięsa drobiowo- wieprzowego w sosie pomidorowym (*1*7*9) 100g/50ml	225	Pulpet z mięsa drobiowo- wieprzowego w sosie pomidorowym (*1*7*9) 100g/50ml	225	Pulpet z mięsa drobiowo- wieprzowego w sosie pomidorowym (*1*7*9) 100g/50ml	225	Pulpet z mięsa drobiowo- wieprzowego w sosie pomidorowym (*1*7*9) 100g/50ml	255	mięso wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	
	Ryż biały 200g	260	Ryż biały 200g	260	Ryż biały 200g	260	Ryż brązowy 200g	256	Kompot	50
	Surówka z czerwonej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 70g	52	Cukinia gotowana z masłem (*7) 70g	32	Cukinia gotowana z masłem (*7) 70g	32	Surówka z czerwonej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 70g	52	wielooowocowy 250ml	
	Kalafior gotowany 50g	18	Kalafior gotowany 50g	18	Kalafior gotowany 50g	18	Kalafior gotowany 50g	18		
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml			
Podwieczro	Galaretka z owocami bez cukru 123g	100	Galaretka z owocami bez cukru 123g	100	Galaretka z owocami bez cukru 123g	100	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g	142
Kolacja	Pasztet zapiekany drobiowo-wieprzowy (*1*6+9+10+11) 50g	152	Szynka drobiowa (*1+6+7+9) 50g	52	Szynka drobiowa (*1+6+7+9) 50g	52	Pasztet zapiekany drobiowo-wieprzowy (*1*6+9+10+11) 50g	152	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	511
	Ser żółty (*7)20g	70	Mozzarella *7/20g	47	Mozzarella *7/20g	47	Ser żółty *7/20g	70	Herbata 250ml	
	Ogórek kiszony 50g	6	Pomidor 50g	7	Pomidor 50g	7	Ogórek kiszony 50g	6		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g	251		
	Masło śniadaniowe	116	Masło śniadaniowe	116	Masło śniadaniowe	116	Masło śniadaniowe	116		
	kanapkowe 83%(*7) 20g		kanapkowe83%(*7) 20g		kanapkowe 83%(*7) 20g		kanapkowec83%(*7) 20g			
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c250ml		Herbata b/c 250ml				
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, połędwicą drobiową, mozzarellą sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g	203	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, połędwicą drobiową, mozzarellą sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	213	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, połędwicą drobiową, mozzarellą sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	213	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, połędwicą drobiową, mozzarellą sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g	203		
	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Rzodkiew biała talarki 100g	17		
Wartość energet. [kcal] 2508 Białko ogółem [g]: 112,34 Tłuszcz[g]: 89,87 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 329,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 33,09 Sód [g]: 2,56		Wartość energet. [kcal] 2427 Białko ogółem [g]: 97,98 Tłuszcz[g]: 76,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 338,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:26,12 Sód [g]: 2,39		Wartość energet. [kcal]2411 Białko ogółem [g]: 96,04 Tłuszcz[g]: 73,02 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 337,02 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:26,12 Sód [g]: 2,35		Wartość energet. [kcal] 2376 Białko ogółem [g]:95,63 Tłuszcz[g]: 71,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 284,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:31,99 Sód [g]: 2,34		Wartość energet. [kcal]2035 Białko ogółem [g] 73,34 Tłuszcz[g] 55,32 w tym nasycone [g] 22,23 Węglowodany ogółem [g] 302.34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 2,05		

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

21.08.2025-31.08.2025

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, 22 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 jaglana na mleku (*7)350ml	245	Kasza jaglana na mleku (*7)350ml	245	Kasza jaglana na mleku (*7)350ml	245	Jajko gotowane 1szt./50g *3	70	Kasza jaglana na mleku (*7),	589
	Pasta twarogowa z pomidorami (*7) 70g	92	Pasta twarogowa z pomidorami (*7) 70g	92	Pasta twarogowa z pomidorami (*7) 70g	92	Pasta twarogowa z pomidorami (*7) 70g	112	mleko w proszku (*7),	
	Polędwica rubinowa wieprzowa 20g(+1+9+10)	35	Polędwica rubinowa wieprzowa	35	Polędwica rubinowa wieprzowa	35	Polędwica rubinowa wieprzowa	35	miód, bułka pszenna (*1)	
	Pomidor 50g	9	20g(+1+9+10)	9	20g(+1+9+10)	9	20g(+1+9+10)	9	450ml	
II śniad	Roszonka 5g	1	Pomidor 50g	1	Pomidor 50g	1	Pomidor 50g	116	Herbata z cukrem 250ml	
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Roszonka 5g	263	Roszonka 5g	263	Roszonka 5g			
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Chleb pszenny (*1) 100g		Chleb pszenny (*1) 100g	116	Chleb razowy (*1) 100g			
	Herbata b/c 250ml		Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g		Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g		Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g		Sok owocowy 300ml	82
	Arbuz 150g	55	Arbuz 150g	55	Arbuz 150g	55	Pomarańcza 150g Migdały (*8) 10g	112 62		
Obiad	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno-warzywnym z zacierką (*1*7*9) 400ml	245	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno-warzywnym z zacierką (*1*7*9)400ml	245	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno-warzywnym z zacierką (*1*7*9)400ml	245	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno-warzywnym z makaronem razowym (*1*7*9) 400ml	237	Zupa szpinakowa (*1*7*9) ,	625
	Ryba morskczuk panierowana i smażona z sosem po grecku (*1,*4,*3) 100g/50g	256	Ryba morskczuk parowany z koperkiem i masłem z sosem po grecku (*1,*4*3) 100g/50g	245	Ryba morskczuk parowany z koperkiem parowany i masłem z sosem po grecku (*1,*4,*3) 100g/50g	245	Ryba morskczuk parowana z koperkiem i masłem z sosem po grecku. (*1,*4,*3) 100g/50g	245	ziemniaki, ryba na parze (*4),	
	Surówka z kapusty kiszzonej i marchewki z olejem rzepakowym 70g	48	Bukiet warzyw z masłem (*7) 70g	35	Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 70g	35	Surówka z kapusty kiszzonej i marchewki z olejem rzepakowym 100g	48	szpinak, mleko w proszku (*7),	
	Mizeria z sałaty *7 50g	21	Mizeria z sałaty *7 50g	21	Mizeria z sałaty *7 50g	21	Mizeria z sałaty *7 50g	48	śmietana (*7) 450ml	
Podwie	Ziemniaki gotowane 200g	142	Ziemniaki gotowane 200g	142	Ziemniaki gotowane 200g	142	Ziemniaki gotowane 200g	21	Kompot owocowy 250ml	50
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml	142		
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,	545
	Ogórek 50g	4	Cukinia parzona 50g	7	Cukinia parzona 50g	7	Ogórek 50g	4	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 kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	marchew,	
Nocny	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		pietruszka,	
									oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	
									Herbata 250ml	
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2565 Białko ogółem [g]: 110,04 Tłuszcz[g]: 88,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 345,23 w tym cukry[g]: 46,245 Błonnik[g]:31,12 Sód [g]: 2,38		Wartość energet. [kcal] 2482 Białko ogółem [g]: 92,44 Tłuszcz[g]: 70,45 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,56 Węglowodany ogółem[g]: 330,34 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:23,35 Sód [g]: 2,47		Wartość energet. [kcal]2462 Białko ogółem [g]: 88,22 Tłuszcz[g]: 67,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 15,56 Węglowodany ogółem[g]: 329,98 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:26,12 Sód [g]: 2,45		Wartość energet. [kcal] 2305 Białko ogółem [g]:92,54 Tłuszcz[g]: 79,31 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 289,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:39,99 Sód [g]: 2,32		Wartość energet. [kcal]1988 Białko ogółem [g] 65,45 Tłuszcz[g] 45.12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 280.34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 1,93	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

21.08.2025-31.08.2025

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, 23 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 Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Pasta jajeczna z koperkiem (*4) 80g Dżem truskawkowy 25g Ogórek kiszony 50g Kielki rzodkiewki 5g Herbata b/c 250ml	247 261 116 116 102 40 6 1	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Pasta jajeczna z koperkiem (*4) 80g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Sałata 1liść/5g Herbata b/c 250ml	247 263 116 102 40 7 1	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Pasta jajeczna z białek jaj z koperkiem (*4) 80g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Sałata 1 liść /5g Herbata b/c 250ml	247 263 116 68 40 7 1	Polędwica sopocka (*6+9+10+11) 30g Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Pasta jajeczna z koperkiem (*4) 80g Mozzarella *7/30g Ogórek kiszony 50g Kielki rzodkiewki 5g Herbata bez cukru 250ml	42 251 116 102 56 6 1	Płatki owsiane na mleku (*7+1) , mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml	589
II śniad	Gruszka 160g	85	Mus owocowy 100% bez cukru /100g	54	Mus owocowy 100% bez cukru /100g	54	Gruszka 160g Migdały (*8) 10g	85 65	Mus owocowy 100% bez cukru /100g	54
Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9)400ml Gulasz drobiowy z warzywami (*1*9) 150g Kasza jęczmienna *1 200g Sałatka szwedzka z olejem rzepakowym 70g Szpinak gotowany 50g Kompot owocowy 250ml	282 221 218 28 18 50	Zupa z cukinii na wywarze warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Gulasz drobiowy z warzywami (*1*9) 150g Kasza jęczmienna *1 200g Marchewka gotowana 70g Szpinak gotowany 50g Kompot owocowy 250ml	242 221 218 25 18 50	Zupa z cukinii na wywarze warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Gulasz drobiowy z warzywami (*1*9) 150g Kasza jęczmienna *1 200g Marchewka gotowana 70g Szpinak gotowany 50g Kompot owocowy 250ml	242 221 218 25 18 50	Zupa grochowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9)400ml Gulasz drobiowy z warzywami (*1*9) 150g Kasza gryczana 200g Sałatka szwedzka z olejem rzepakowym 70g Szpinak gotowany 50g Woda 500ml	282 221 242 28 18	Zupa z cukinii(*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowo-wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml	625 50
Podw	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	Pasta rybno- twarogowa z łososiem i koperkiem (*4*7) 70g Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 20g Pomidor 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	89 32 9 261 116	Pasta rybno- twarogowa z łososiem i koperkiem (*4*7) 70g Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 20g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	89 32 9 263 116	Pasta rybno- twarogowa z łososiem i koperkiem (*4*7) 70g Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 20g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	89 32 9 263 116	Pasta rybno- twarogowa z łososiem i koperkiem (*4*7) 70g Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 20g Pomidor 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	89 32 9 251 116	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	545
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, polędwicą wieprzową, jajkiem,sałatą i papryką (*1*6+9+10) 100g Brzoskwinia 100g	188 45	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, polędwicą wieprzową,jajkiem sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Brzoskwinia 100g	198 45	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, polędwicą wieprzową, jajkiem sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Brzoskwinia 100g	198 45	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, polędwicą wieprzową,jajkiem sałatą i papryką (*1*6+9+10) 100g Rzodkiew biała talarki 100g	188 18		
WARTOŚCI ODŻWICZE	Wartość energet. [kcal] 2567 Białko ogółem [g]: 114,34 Tłuszcz[g]: 94,54 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 335,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 41,09 Sód [g]: 2,52		Wartość energet. [kcal] 2515 Białko ogółem [g]: 109,98 Tłuszcz[g]: 73,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 352,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:30,12 Sód [g]: 2,43		Wartość energet. [kcal] 2515 Białko ogółem [g]: 109,98 Tłuszcz[g]: 73,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 352,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:30,12 Sód [g]: 2,43		Wartość energet. [kcal] 2378 Białko ogółem [g]:104,98 Tłuszcz[g]: 92,65 w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,03 Węglowodany ogółem[g]: 291,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:45,99 Sód[g]: 2,46		Wartość energet. [kcal]2001 Białko ogółem [g] 72,45 Tłuszcz[g] 56,12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 304,11 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 2,99	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

21.08.2025-31.08.2025

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, 24 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) 400ml	256	Płatki jęczmienne na mleku (*7+1) 400ml	256	Płatki jęczmienne na mleku (*7+1) 400ml	256	Jajko gotowane (*3) 50g/1szt	70	Płatki jęczmienne na mleku (*7),	589
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	251	mleko w proszku (*7),	
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	
	Kielbasa drobiowa na ciepło (*1*6+7+9+10) 100g	196	Kielbasa drobiowa na ciepło (*1*6+7+9+10) 100g	196	Szynka z indyka 75%/50g	54	Kielbasa drobiowa na ciepło (*1*6*7*9*10) 100g	196		
	Musztarda (*10) 20g	18	Kecup (*10) 20g	20	Miód 15g	40	Musztarda (*10) 20g	18	Herbata 250ml	
	Papryka 50g	10	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Papryka 50g	10		
	Kielki rzodkiewki 5g	1	Herbata b/c 250ml	1	Liść sałaty 5g	1	Kielki rzodkiewki 5g	1		
	Herbata b/c 250ml				Herbata b/c 250ml		Herbata bez cukru 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	Jabłko 150g Migdały (+8) 10g	75 62	Sok owocowy 300ml	82
Obiad	Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem (*1*9) 400ml	186	Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem (*1*9) 400ml	186	Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem (*1*9) 400ml	186	Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z ryżem brązowym (*9) 400ml	184	Rosół (*9) ziemniaki, mięso drobiowe , mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
	Kotlet schabowy panierowany i smażony (*1*3) 100g	311	Schab wieprzowy pieczony z ziołami i przyprawami w sosie własnym (*9*7) 100g/50ml	268	Schab wieprzowy pieczony z ziołami i przyprawami w sosie własnym (*9*7) 100g/50ml	268	Schab wieprzowy pieczony z ziołami i przyprawami w sosie własnym (*9*7) 100g/50ml	268	Kompot owocowy 250ml	50
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142		
	Surówka z białej kapusty i marchwi z olejem rzepakowym 70g	62	Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 70g	35	Bukiet z warzyw gotowany z masłem (*7) 70g	35	Surówka z białej kapusty i marchwi z olejem rzepakowym 70g	62		
	Salata z oliwą 50g	23	Salata z oliwą 50g	23	Salata z oliwą 50g	23	Salata z oliwą 50g	23		
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml			
Podwie	Arbuz 150g	55	Arbuz 150g	55	Arbuz 150g	55	Salatka ze świeżych warzyw z fetą i olejem rzepakowym (*7) 150g	76	Jogurt naturalny *7/100g	60
Kolacja	Polędwica wiśniowa wieprzowa (*6+9+10+11) 40g	56	Polędwica wiśniowa wieprzowa (*6+9+10+11) 40g	56	Polędwica wiśniowa wieprzowa (*6+9+10+11) 40g	56	Polędwica wiśniowa wieprzowa (*6+9+10+11) 40g	56	Mięso drobiowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	511
	Twarożek z koperkiem (*7) 50g	66	Twarożek z koperkiem (*7) 50g	66	Twarożek z koperkiem (*7) 50g	66	Twarożek z koperkiem (*7) 50g	66	Herbata 250ml	
	Ogórek kiszony 50g	6	Cukinia parzona 50g	7	Cukinia parzona 50g	7	Ogórek kiszony 50g	6		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	251		
	Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g	116		
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml			
Noctny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, polędwicą wieprzową, serem żółtym sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g	179	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, polędwicą drobiową, twarożkiem sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	194	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, polędwicą drobiową, twarożkiem,sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	194	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, polędwicą wieprzową, serem żółtym sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g	179		
	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%.100g	54	Pomidor 1szt..100g	18		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2570 Białko ogółem [g]: 116,26 Tłuszcz[g]: 98,04 w tym tłuszcze nasycone[g]: 30,03 Węglowodany ogółem[g]: 331,27 w tym cukry[g]: 57,64 Błonnik[g]: 38,72 Sód[g]: 2,42		Wartość energet. [kcal] 2530 Białko ogółem [g]: 105,66 Tłuszcz[g]: 87,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 332,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 30,12 Sód [g]: 2,33		Wartość energet. [kcal] 2408 Białko ogółem [g]: 102,66 Tłuszcz[g]: 85,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 332,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 30,12 Sód [g]: 2,33		Wartość energet. [kcal] 2420 Białko ogółem [g]: 107,89 Tłuszcz[g]: 90,65 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 300,82 w tym cukry[g]:47,23 Błonnik[g]: 46,09 Sód [g]:2,42		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] 2,7	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

21.08.2025-31.08.2025

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, 25 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 Polędwica sopocka *6+7+8+9+10 40g Jajko gotowane (*3) 1szt./50g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	255 48 70 9 1 261 116	Płatki jaglane na mleku (*7)350ml Polędwica sopocka *6+7+8+9+10 40g Jajko gotowane (*3) 1szt./50g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	255 48 70 9 1 263 116	Płatki jaglane na mleku (*7)350ml Polędwica sopocka *6+7+8+9+10 40g Miód 15g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	255 48 70 40 9 1 263 116	Jogurt naturalny (*7) 100ml Polędwica sopocka *6+7+8+9+10 40g Jajko gotowane (*3) 1szt./50g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	60 48 70 9 1 251 116	Płatki jaglane na mleku 350ml (*7+1), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml	602	
II śniadanie	Brzoskwinia 100g	55	Brzoskwinia 100g	55	Brzoskwinia 100g	55	Brzoskwinia 100g Pestki słonecznika (+8) 10g	55\52	Serek wiejski (*7) 150g	142	
Obiad	Zupa fasolowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Spaghetti po bolońsku z sosem pomidorowym z mięsem wieprzowo-drobiowym 350g(*1*3*7) Jabłko 1szt./150g Kompot owocowy 250ml	302 502 75 50	Zupa wiejska na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Spaghetti po bolońsku z sosem pomidorowym z mięsem wieprzowo-drobiowym 350g(*1*3*7) Banan 1szt./150g Kompot owocowy 250ml	221 502 110 50	Zupa wiejska na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Spaghetti po bolońsku z sosem pomidorowym z mięsem wieprzowo-drobiowym 350g(*1*3*7) Banan 1szt./150g Kompot owocowy 250ml	221 502 110 50	Zupa fasolowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Spaghetti po bolońsku z sosem pomidorowym z mięsem wieprzowo-drobiowym z makaronem pełnoziarnistym 350g(*1*3*7) Jabłko 1szt./150g Woda 500ml	302 490 75	Zupa wiejska (*7*9) ziemniaki, mięso wieprzowe , mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot owocowy 250ml	625 50	
Podwie	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g	142	Mus owocowy 100%/100g	54	
Kolacja	Mozzarella plastry (*7) 40g Polędwica drobiowa (*6+9+10+11) 40g Rzodkiew biała tarta 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	67 45 7 261 116	Mozzarella plastry (*7)40g Polędwica drobiowa (*6+9+10+11) 40g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	67 45 9 263 116	Mozzarella plastry (*7) 40g Polędwica drobiowa (*6+9+10+11) 40g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	67 45 9 263 116	Mozzarella plastry (*7) 40g Polędwica drobiowa (*6+9+10+11) 40g Rzodkiew biała tarta 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata bez cukru 250ml	67 45 7 251 116	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 Sok owocowy 300ml	198 82	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarella, jajkiem salata i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Sok owocowy 300ml	202 82	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarella, jajkiem salata i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Sok owocowy 300ml	202 82	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, serem żółtym, jajkiem, salata i ogórkiem (*1*7*6+9+10) 100g Surówka z marchewki z olejem rzepakowym i pestkami słonecznika 100g	198 55			
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2615 Białko ogółem [g]: 119,26 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]: 2,43		Wartość energet. [kcal]2558 Białko ogółem [g] 110,23 Tłuszcz[g] 78.12 w tym nasycone [g] 14,234 Węglowodany ogółem [g] 338,08 W tym cukry [g] 49,98 Błonnik[g] 27,24 Sód [g] 2,41		Wartość energet. [kcal]2538 Białko ogółem [g] 109,23 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] 2,41		Wartość energet. [kcal] 2602 Białko ogółem [g]: 115,34 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 3,12g		

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

21.08.2025-31.08.2025

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, 26 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	147	Pasta twarogowa z zieleciną (*7)60g	82	Pasta twarogowa z zieleciną (*7)60g	82	Pasta twarogowa z zieleciną (*7)60g	82	mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1)		
	Szynka drobiowa(*1+6+9+10)20g/ 1 plaster	19	Szynka drobiowa(*1+6+9+10)20g/ 1 plaster	19	Szynka drobiowa(*1+6+9+10)20 g/ 1 plaster	19	Szynka drobiowa(*1+6+9+10)20g / 1 plaster	19	450ml		
	Ogórek 50g	6	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Ogórek 50g	6	Herbata 250ml		
	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	Banan 150g	110	Banan 150g	110	Banan 150g	110	Pomarańcza 150g Pestki dyni (+8) 10g	112 58	Sok owocowy 300ml	82	
Obiad	Zupa brokułowa z lanym ciastem na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml	246	Zupa brokułowa z lanym ciastem na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml	246	Zupa brokułowa z lanym ciastem na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml	246	Zupa brokułowa z makaronem razowym na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml	238	Zupa brokułowa (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7)	625	
	Potrawka z kurczaka z natką pietruszki i warzywami (*1*7*9) 150g	201	Potrawka z kurczaka z natką pietruszki i warzywami (*1*7*9) 150g	201	Potrawka z kurczaka z natką pietruszki i warzywami (*1*7*9) 150g	201	Potrawka z kurczaka z natką pietruszki i warzywami (*1*7*9) 150g	201	450ml		
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Kompot wieloowocowy 250ml	50	
	Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 70g	47	Marchewka gotowana z masłem (*7)70g	32	Marchewka gotowana z masłem (*7)70g	32	Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 70g	47			
	Szpinak gotowany z masłem *7 50g	22	Szpinak gotowany z masłem *7 50g	22	Szpinak gotowany z masłem *7 50g	22	Szpinak gotowany z masłem *7 50g	22			
	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml				
							Woda 500ml				
Podwiecz	Serek homogenizowany owocowy (*7)150g	154	Serek homogenizowany owocowy (*7)150g	154	Serek homogenizowany owocowy (*7)150g	154	Jogurt naturalny (*7) 100g	60	Serek homogenizowany owocowy (*7)150g	154	
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), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	545	
	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9			
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g	251			
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g	116			
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c250ml		Herbata b/c 250ml				
Nocny	Bulka razowa z mix roślinnym, polędwicą sopocką, jajkiem,salată i ogórkiem kiszonym (*7*1*6+9+10) 100g	188	Bulka pszenna z mix roślinnym, polędwicą sopocką, jajkiem, salată i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	198	Bulka pszenna z mix roślinnym, polędwicą sopocką jajkiem,salată i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	198	Bulka razowa z mix roślinnym, polędwicą sopocką, jajkiem,salată i ogórkiem kiszonym(*1*7*6+9+10) 100g	188			
	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Papryka słupki 100g	22			
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2575 Białko ogółem [g]: 113,34 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]: 2,63		Wartość energet. [kcal] 2354 Białko ogółem [g]: 107,04 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]: 2,54		Wartość energet. [kcal] 2354 Białko ogółem [g]: 107,04 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]: 2,54		Wartość energet. [kcal] 2399 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]: 2,65		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] 2,52		

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

21.08.2025-31.08.2025

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, 27 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	Mozzarella *7/20g	46	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)	
	Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 70g	112	Pasta jajeczna z koperkiem(*3) 70g	102	Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 30g	35	Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 70g	112	450ml	
	Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 30g	35	Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 30g	35	Pasta z białek jaj z koperkiem (*3) 70g	82	Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 30g	35	Herbata 250ml	
	Ogórek kiszony 50g	6	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Ogórek kiszony 50g	6		
	Kielki rzodkiewki 5g	1	Salata 1 liść/ 5g	1	Salata 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	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Brzoskwinia 100g Pestki słonecznika (+8) 10g	45 54	Mus owocowy 100%/100g	54
Obiad	Barszcz czerwony z fasolą i ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml	262	Barszcz czerwony z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9)400ml	245	Barszcz czerwony z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9)400ml	245	Barszcz czerwony z fasolą i ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml	262	Barszcz czerwony (*7*9) ziemniaki, mięso wieprzowe , mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
	Klops drobiowo-wieprzowy pieczony w sosie pieczeniowym (*1*3*9) 100g/50ml	256	Klops drobiowo-wieprzowy pieczony w sosie pieczeniowym (*1*3*9) 100g/50ml	256	Klops drobiowo-wieprzowy pieczony w sosie pieczeniowym (*1*3*9) 100g/50ml	256	Klops drobiowo-wieprzowy pieczony w sosie pieczeniowym (*1*3*9) 100g/50ml	256	Kompot owocowy 250ml	50
	Kasza gryczana 200g	242	Kasza jęczmienna *1 200g	218	Kasza jęczmienna *1 200g	218	Kasza gryczana 200g	242		
	Salatka szwedzka z olejem rzepakowym 70g	28	Cukinia gotowana z masłem 70g	23	Kasza jęczmienna *1 200g	23	Salatka szwedzka z olejem rzepakowym 70g	28		
	Kalafior gotowany 50g	17	Kalafior gotowany 50g	17	Cukinia gotowana z masłem *7 70g	17	Kalafior gotowany 50g	17		
	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Woda 500ml			
Podwieczor	Galaretka owocowa bez cukru 123g	100	Galaretka owocowa bez cukru 123g	100	Galaretka owocowa bez cukru 123g	100	Kefir naturalny (*7) 200ml	102	Kefir naturalny (*7) 200ml	102
Kolacja	Pasta z łososia i twarogu z koperkiem (*4*7) 70g	92	Pasta z łososia i twarogu z koperkiem (*4*7) 70g	92	Pasta z łososia i twarogu z koperkiem (*4*7) 70g	92	Pasta z łososia i twarogu z koperkiem (*4*7) 70g	92	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	Poledwica sopocka wieprzowa (*6+7+9)20g	25		
	Papryka 50g	10	Pomidor 50g	7	Pomidor 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 kanapkowe 83%(*7) 20g	116		
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml				
Nocey	Kanapka tostowa razowa z szynką drobiową, mozzarellą, sałatą, ogórkiem i masłem roślinnym (*1*7+6+9+10) 1szt.	203	Kanapka tostowa pszenna z szynką drobiową ,mozzarellą, sałatą, pomidorem i masłem roślinnym (*1*7+6+9+10) 1szt.	213	Kanapka tostowa pszenna z szynką drobiową, mozzarella, sałatą, pomidorem i masłem roślinnym (*1*7+6+9+10) 1szt.	213	Kanapka tostowa razowa z szynką drobiową, mozzarellą, sałatą, ogórkiem i masłem roślinnym (*1*7+6+9+10) 1szt.	203		
	Brzoskwinia 100g	110	Brzoskwinia 100g	45	Brzoskwinia 100g	45	Rzodkiew talarki 100g	17		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2466 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]: 2,224		Wartość energet. [kcal] 2356 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]: 2,34		Wartość energet. [kcal] 2332 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]: 2,34		Wartość energet. [kcal] 2389 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]:2,55		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 MSWiA Poliklinika

21.08.2025-31.08.2025

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, 28 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)	Kc al	
Śniadanie	Zacierka na mleku (*1*7) 350ml	263	Zacierka na mleku (*1*7) 350ml	263	Zacierka na mleku (*1*7) 350ml	263	Kefir *7/200ml	102	Zacierka na mleku (*1*7),	589	
	Paszтет drobiowy (*6+1+10) 60g	142	Szynka drobiowa (*6+1+10) 50g	52	Szynka drobiowa (*6+1+10) 50g	52	Szynka drobiowa (*6+1+10) 60g	52	mleko w		
	Twaróg plaster (*7) 30g	45	Twaróg plaster (*7) 30g	45	Twaróg plaster (*7) 30g	45	Twaróg plaster (*7) 30g	45	proszku (*7),		
	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	miód, bułka		
	Rukola 5g	1	Rukola 5g	1	Rukola 5g	1	Rukola 5g	1	pszenna (*1)		
II śniadanie	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g	251	450ml		
	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				
	Arbuz 150g	55	Arbuz 150g	55	Arbuz 150g	55	Jabłko 150g	75	Sok owocowy	82	
							Migdały (*8) 10g	62	300ml		
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml	252	Zupa pomidorowa z makaronem na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml	252	Zupa pomidorowa z makaronem na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml	252	Zupa pomidorowa z makaronem na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml	256	Zupa pomidorowa (*7*9),		625
	Gulasz z szynki wieprzowej (*1*9) 150g	256	Gulasz z szynki wieprzowej (*1*9) 150g	256	Gulasz z szynki wieprzowej (*1*9) 150g	256	Gulasz z szynki wieprzowej (*1*9) 150g	256	ziemniaki,		
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	mięso drobiowo- wieprzowe,		
	Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki z koperkiem i olejem rzepakowym 70g	56	Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7)70g	38	Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7)70g	38	Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki z koperkiem i olejem	56	mleko w		
	Salata z oliwą 50g	38	Salata z oliwą 50g	50	Salata z oliwą 50g	50	Salata z oliwą 50g	38	proszku (*7),		
Podwie	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml		śmietana (*7) 450ml	50	
	Jogurt naturalny (*7) 100g	60	Jogurt owocowy (*7) 100g	90	Jogurt owocowy (*7) 100g	90	Jogurt naturalny (*7) 100g	60	Kompot wielooowocowy 250ml		
Kolacja	Polędwica sopocka (*6*9*10) 50g	65	Polędwica sopocka (*6*9*10) 50g	65	Polędwica sopocka (*6*9*10) 50g	65	Polędwica sopocka (*6*9*10) 50g	65	Mięso wieprzowe,	545	
	Pasta warzywna (*9) 50g	45	Pasta warzywna (*9) 50g	45	Pasta warzywna (*9) 50g	45	Pasta warzywna (*9) 50g	45	jajko(*3),		
	Ogórek kiszony 50g	9	Cukinia parzona 50g	7	Cukinia parzona 50g	7	Ogórek kiszony 50g	6	seler(*9),		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Ogórek kiszony 50g	251	marchew,		
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	Chleb razowy (*1) 100g	116	pietruszką,		
Noenry	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml		
	Kanapka tostowa razowa z szynką drobiową, twarożkiem, sałatą, ogórkiem i masłem roślinnym(*1*7+6+9+10) 1szt.	184	Kanapka tostowa pszenna z szynką drobiową, twarożkiem, sałatą, pomidorem i masłem roślinnym (*1*7+6+9+10) 1szt.	194	Kanapka tostowa pszenna z szynką drobiową, twarożkiem, sałatą, pomidorem i masłem roślinnym (*1*7+6+9+10) 1szt.	194	Kanapka tostowa razowa z szynką drobiową, twarożkiem, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	143			
	Galaretka z owocami 123g	100	Galaretka z owocami 123g	100	Galaretka z owocami 123g	100	Papryka 100g	22			
WARTOŚCI ODŻTWICZE	Wartość energet. [kcal] 2550 Białko ogółem [g]: 121,34 Tuszcz[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]: 2,52		Wartość energet. [kcal] 2449 Białko ogółem [g]: 119,98 Tuszcz[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]: 2,54		Wartość energet. [kcal] 2449 Białko ogółem [g]: 119,98 Tuszcz[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]: 2,54		Wartość energet. [kcal] 2431 Białko ogółem [g]:109,63 Tuszcz[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]: 2,33		Wartość energet. [kcal]2089 Białko ogółem [g] 77,45 Tuszcz[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] 2,11		

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

21.08.2025-31.08.2025

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, 29 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 *7/100g	60	Płatki owsiane na mleku	602	
	Ser żółty (*7) 50g	157	Mozzarella (*7) 50g	82	Mozzarella (*7) 50g	82	Ser żółty (*7) 20g	70	(*7+1), mleko		
	Dżem truskawkowy 25g	40	Dżem truskawkowy 25g	40	Dżem truskawkowy 25g	40	Mozzarella (*7) 50g	82	w 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)		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	251	450ml		
	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	Brzoskwinia 100g	45	Brzoskwinia 100g	45	Brzoskwinia 100g	45	Brzoskwinia 100g	45	Kefir *7/200ml	102	
							Migdały (*8) 10g	65			
Obiad	Zupa kalafiorowa z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*1*3*7*9) 400ml	245	Zupa kalafiorowa z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*1*3*7*9) 400ml	245	Zupa kalafiorowa z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*1*3*7*9) 400ml	245	Zupa kalafiorowa z makaronem razowym na wywarze mięsno-warzywnym (*1*3*7*9) 400ml	248	Zupa kalafiorowa(*1, *7,*9), ziemniaki,	625	
	Filet z dorsza panierowany i smażony (*1*3*4) 100g	274	Filet z dorsza parowany z masłem i koperkiem (*4*7) 100g	245	Filet z dorsza parowany z masłem i koperkiem (*4*7) 100g	245	Filet z dorsza parowany z masłem i koperkiem (*4*7) 100g	245	mięso drobiowe,		
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	mleko w proszku (*7),		
	Surówka z kiszzonej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 70g	56	Szpinak gotowany z masłem (*7) 70g	35	Szpinak gotowany z masłem (*7) 70g	35	Surówka z kiszzonej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 70g	56	śmietana (*7) 450ml		
	Brokuł gotowany 50g	50	Brokuł gotowany 50g	16	Brokuł gotowany 50g	16	Brokuł gotowany 50g	16	Kompot wieloowocowy 250ml	50	
	Kompot owocowy 250ml		Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml				
Podwiecz	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	154	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	154	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	154	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	154	
Kolacja	Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym z kurczakiem 200g	176	Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym z kurczakiem 200g	176	Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym z kurczakiem 200g	176	Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowymz kurczakiem 200g	176	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	545	
	Ogórek kiszony 50g	6	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Ogórek kiszony 50g	6			
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g	251			
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe 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		Herbata 250ml		
Nocty	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, mozzarellą , szynką wieprzową, sałatą i papryką (*7*1*6+9+10) 100g	203	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, szynką wieprzową,salaatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	213	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, szynką wieprzową , sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	213	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, mozzarellą, szynką wieprzową, sałatą i papryką (*1*7*6+9+10) 100g	203			
	Sok owocowy 300ml	82	Sok owocowy 300ml	82	Sok owocowy 300ml	82	Surówka z marchewki z jabłkiem z olejem rzepakowym 100g	56			

WARTOŚCI ODZTWTCZE	Wartość energet. [kcal] 2539	Wartość energet. [kcal] 2437	Wartość energet. [kcal]2417	Wartość energet. [kcal] 2367	Wartość energet. [kcal]2004
	Białko ogółem [g]: 123,04	Białko ogółem [g]: 112,34	Białko ogółem [g]: 111,22	Białko ogółem [g]:113,99	Białko ogółem [g] 65,45
	Tłuszcz[g]: 76,12	Tłuszcz[g]: 68,45	Tłuszcz[g]: 68,12	Tłuszcz[g]: 60,123	Tłuszcz[g] 45.12
	w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56	w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,56	w tym tłuszcze nasycone[g]: 15,56	w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03	w tym nasycone [g] 19,23
	Węglowodany ogółem[g]: 324,23	Węglowodany ogółem[g]: 331,34	Węglowodany ogółem[g]: 330,98	Węglowodany ogółem[g]: 312,12	Węglowodany ogółem [g] 280.34
	w tym cukry[g]: 46,245	w tym cukry[g]: 50,245	w tym cukry[g]: 50,245	w tym cukry[g]: 41,64	W tym cukry [g] 30,22
	Błonnik[g]:39,12	Błonnik[g]:32,35	Błonnik[g]:30,12	Błonnik[g]:40,11	Błonnik[g] 22,45
	Sód[g]: 2,61	Sód [g]: 2,54	Sód[g]: 2,53	Sód [g]: 2,64	Sód [g] 2,02

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSILEK MSWiA Poliklinika

21.08.2025-31.08.2025

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, 30 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	Ryż na mleku (*) 350ml Połędwica drobiowa z majerankiem (+1+9+10+11) 60g Miód 15g Rzodkiew biała tarta 50g Roszponka 5g Chleb mieszany ziarnisty (*)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Herbata b/c 250ml	255 62 40 7 1 261 116	Ryż na mleku (*) 350ml Połędwica drobiowa z majerankiem (+1+9+10+11) 60g Miód 15g Cukinia parzona 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Herbata b/c 250ml	255 62 40 7 1 263 116	Ryż na mleku (*) 350ml Połędwica drobiowa z majerankiem (+1+9+10+11) 60g Miód 15g Cukinia parzona 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Herbata b/c 250ml	255 62 40 7 1 263 116	Jajko 1szt./50g (*) Połędwica drobiowa z majerankiem (+1+9+10+11) 50g Twaróg plastry *7/30g Rzodkiew biała tarta 50g Roszponka 5g Chleb razowy (*)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Herbata b/c 250ml	247 55 45 7 1 251 116	Ryż na mleku (*)1), masło (*) , miód, suchary (*)1) 450ml Herbata 250ml	589
II śniadanie	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Jabłko 150g Pestki dyni (+8)10g	75 52	Mus owocowy 100%/100g	54
Obiad	Kapuśniak na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*)7*9) 400ml Sos drobiowo-pieczarkowy z piersią z kurczaka (*)1*7*9) 150g Makaron świderki (*)1*3) 200g Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g Sałata z oliwą 50g Kompot owocowy 250ml	249 202 260 45 38 50	Zupa marchwianka na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*)7*9) 400ml Sos drobiowo-szpinakowy z piersią z kurczaka (*)1*7*9) 150g Makaron świderki (*)1*3) 200g Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g Sałata z oliwą 50g Kompot owocowy 250ml	212 198 260 45 38 50	Zupa marchwianka na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*)7*9) 400ml Sos drobiowo-szpinakowy z piersią z kurczaka (*)1*7*9) 150g Makaron świderki (*)1*3) 200g Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g Sałata z oliwą 50g Kompot owocowy 250ml	212 198 260 45 38 50	Kapuśniak na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*)7*9) 400ml Sos drobiowo-pieczarkowy z piersią z kurczaka (*)1*7*9) 150g Makaron pełnoziarnisty świderki (*)1*3) 200g Surówka z marchewki i jabłka 70g Sałata z oliwą 50g Woda 500ml	249 202 242 36 38	Zupa marchwianka (*)7,9), ziemniaki, mięso wieprzowe, warzywa gotowane, śmietanka (*)7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml	625 50
Podw	Kefir naturalny 200ml (*)	102	Kefir naturalny 200ml (*)	102	Kefir naturalny 200ml (*)	102	Kefir naturalny 200ml (*)	102	Kefir naturalny 200ml (*)	102
Kolacja	Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 60g Mozzarella *7/30g Pomidor 50g Chleb mieszany ziarnisty (*)1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*) 20g Herbata b/c 250ml	65 56 9 261 116	Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 60g Miód 15g Pomidor 50g Chleb pszenny (*)1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*) 20g Herbata b/c 250ml	65 40 9 263 116	Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 60g Miód 15g Pomidor 50g Chleb pszenny (*)1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*) 20g Herbata b/c 250ml	65 40 9 263 116	Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 50g Mozzarella *7/30g Pomidor 50g Chleb razowy (*)1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*) 20g Herbata b/c 250ml	56 56 9 251 116	Mięso wieprzowe, jajko(*)3), seler(*)9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*)7), kasza manna (*)1) 450ml Herbata 250ml	511
Noenry	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, mozzarellą , szynką drobiową, sałatą i papryką (*)7*1*6+9+10) 100g Banan 150g	203 110	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, szynką drobiową,salaatą i pomidorem (*)1*7*6+9+10) 100g Banan 120g	213 110	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, szynką drobiową ,sałatą i pomidorem (*)1*7*6+9+10) 100g Banan 120g	213 110	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, mozzarellą, szynką drobiową, sałatą i papryką (*)1*7*6+9+10) 100g Pomidor 100g	203 18		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2502 Białko ogółem [g]: 115,66 Tłuszcz[g]: 94,54 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 335,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 42,09 Sód [g]: 2,42		Wartość energet. [kcal] 2419 Białko ogółem [g]: 101,98 Tłuszcz[g]: 73,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 352,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:33,12 Sód [g]: 2,64		Wartość energet. [kcal] 2419 Białko ogółem [g]: 101,98 Tłuszcz[g]: 73,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 352,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:33,12 Sód [g]: 2,64		Wartość energet. [kcal] 2333 Białko ogółem [g]:102,98 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]: 2,55		Wartość energet. [kcal]2001 Białko ogółem [g] 72,45 Tłuszcz[g] 56,12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 304,11 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 2,43	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

21.08.2025-31.08.2025

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, 31 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 Jajecznica na parze (*3) 100g Połędwica sopocka (*6+9+10) 30g Papryka 50g Rukola 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	247 145 32 10 1 261 116	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Jajecznica na parze (*3) 100g Połędwica sopocka (*6+9+10) 30g Pomidor 50g Rukola 5g Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	247 145 35 9 1 263 116	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Jajecznica z białek jaj na parze (*3) 100g Połędwica sopocka (*6+9+10) 30g Pomidor 50g Rukola 5g Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	247 76 100g 32 9 1 263 116	Mozzarella (*7) 30g Jajecznica na parze (*3) 100g Połędwica sopocka (*6+9+10) 30g Papryka 50g Rukola 5g Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	57 145 32 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	Gruszka 150g Pestki słonecznika (*8) 10g	85 52	Sok owocowy 300ml	82
Obiad	Rosół na wywarze mięsno-warzywnym z makaronem (*1*3*9) 400ml Kotlet drobiowy panierowany i smażony (*1*3) 100g Ziemniaki 200g Mizeria z ogórków z jogurtem naturalnym *7 70g Kalafior gotowany 50g Kompot owocowy 250ml	198 289 142 22 14 50	Rosół na wywarze mięsno-warzywnym z makaronem (*1*3*9) 400ml Pierś z kurczaka gotowana z ziołami w sosie warzywnym 100g/50ml(*1*7) Ziemniaki 200g Marchewka gotowana z masłem (*7) 70g Kalafior gotowany 50g Kompot owocowy 250ml	198 235 142 45 14 50	Rosół na wywarze mięsno-warzywnym z makaronem (*1*3*9) 400ml Pierś z kurczaka gotowana z ziołami w sosie warzywnym 100g/50ml(*1*7) Ziemniaki 200g Marchewka gotowana z masłem (*7) 70g Kalafior gotowany 50g Kompot owocowy 250ml	198 235 142 45 14 50	Rosół na wywarze mięsno-warzywnym z makaronem (*1*3*9) 400ml Pierś z kurczaka gotowana z ziołami w sosie warzywnym 100g/50ml(*1*7) Ziemniaki 200g Mizeria z ogórków z jogurtem naturalnym *7 70g Kalafior gotowany 50g Woda 500ml	188 235 142 22 14	Rosół (*9) ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot owocowy 250ml	625 50
Podwie	Salatka ze świeżych warzyw z ciecierzycą i olejem rzepakowym 120g	76	Brzoskwinia 100g	45	Brzoskwinia 100g	45	Salatka ze świeżych warzyw z ciecierzycą i olejem rzepakowym 120g	76	Jogurt naturalny (*7) 100g	60
Kolacja	Twarożek z koperkiem (*7) 80g Dżem truskawkowy 25g Ogórek 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	92 40 6 261 116	Twarożek z koperkiem (*7) 80g Dżem truskawkowy 25g Cukinia na parze 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	92 40 7 263 116	Twarożek z koperkiem (*7) 80g Dżem truskawkowy 25g Cukinia na parze 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	92 40 7 263 116	Twarożek z koperkiem (*7) 60g Szynka drobiowa (*6+7+9) 20g Ogórek 50g Chleb razowy (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	78 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, połędwicą sopocką, jajkiem, sałatą i pomidorem (*7*1*6+9+10) 100g Galaretką owocową z owocami bez cukru 123g	188 100	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, połędwicą sopocką, jajkiem, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Galaretką owocową z owocami bez cukru 123g	198 100	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, połędwicą sopocką jajkiem, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Galaretką owocową z owocami bez cukru 123g	198 100	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, połędwicą sopocką, jajkiem, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Papryka 100g	188 22		
WARTOŚCI ODŻWICZE	Wartość energet. [kcal] 2519 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]: 2,64		Wartość energet. [kcal] 2437 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]: 2,76		Wartość energet. [kcal] 2296 Białko ogółem [g]: 95,32 Tłuszcz[g]: 71,45 w tym tłuszcze nasycone[g]: 16,05 Węglowodany ogółem[g]: 323,054 w tym cukry[g]: 50,54 Błonnik[g]: 20,02 Sód [g]: 2,76		Wartość energet. [kcal] 2434 Białko ogółem [g]: 101,89 Tłuszcz[g]: 85,43 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 311,82 w tym cukry[g]:47,23 Błonnik[g]: 46,09 Sód [g]:2,66		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] 2,3	

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