

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

1.09.2025-10.09.2025

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

	Poniedziałek, 1 września 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	Ser żółty (*7) 20g	70	Płatki jaglane na mleku (*7) ,	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), miód, bułka pszena (*1) 450ml		
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Szynka wieprzowa rubinowa (+1+9+10) 60g	116			
	Szynka wieprzowa rubinowa (+1+9+10) 60g	62	Szynka wieprzowa rubinowa(+1+9+10) 60g	62	Szynka wieprzowa rubinowa (+1+9+10) 60g	62	Mozzarella plaster(*7) 20g	56	Herbata 250ml		
	Mozzarella plaster (*7) 20g	56	Mozzarella plaster (*7) 20g	56	Mozzarella plaster (*7) 20g	56	Ogórek kiszony 50g	6			
	Ogórek kiszony 50g	6	Pomidor 50g	7	Pomidor 50g	7	Kiełki rzodkiewki 5g	1			
	Kiełki rzodkiewki 5g	1	Salata 1liść/5g	1	Salata 1 liść /5g	1	Herbata bez cukru 250ml				
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml						
II śniadanie	Śliwka 100g	45	Sok owocowy 300ml	82	Sok owocowy 300ml	82	Śliwka 100g Pestki dyni (*8) 120g	45 52	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	154	
Obiad	Zupa pomidorowa na wywarze mięsno - warzywnym z ryżem (*7*9) 400ml	265	Zupa pomidorowa na wywarze mięsno - warzywnym z ryżem (*7*9) 400ml	265	Zupa pomidorowa na wywarze mięsno - warzywnym z ryżem (*7*9) 400ml	265	Zupa pomidorowa na wywarze mięsno -warzywnym z ryżem brązowym (*7*9) 400ml	263	Zupa pomidorowa (*7,*9), ziemniaki, mięso wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625	
	Kotlet drobiowo-wieprzowy mielony panierowany i pieczony (*1*3) 100g	263	Pulpet drobiowo-wieprzowy w sosie koperkowym (*1*7*9) 100g/50ml	245	Pulpet drobiowo-wieprzowy w sosie koperkowym (*1*7*9) 100g/50ml	245	Pulpet drobiowo-wieprzowy w sosie koperkoowym (*1*7*9) 100g/50ml	245			
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142			
	Salatka szwedzka z olejem rzepakowym 70g	26	Cukinia gotowana gotowana 70g	23	Cukinia gotowana gotowana 70g	23	Salatka szwedzka z olejem rzepakowym 70g	26	Kompot wieloowocowy 250ml	50	
	Salata z oliwą 50g	38	Salata z oliwą 50g	38	Salata z oliwą 50g	38	Salata z oliwą 50g	38			
	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Woda 500ml	50			
Podwie	Jogurt owocowy (*7) 100g	90	Jogurt owocowy (*7) 100g	90	Jogurt owocowy (*7) 100g	90	Jogurt naturalny (*7) 100g	60	Jogurt owocowy (*7) 100g	90	
Kolacja	Pasta rybna z morskczukiem i twarogiem z koperkiem (*4*7) 70g	86	Pasta rybna z morskczukiem i twarogiem z koperkiem (*4*7) 70g	86	Pasta rybna z morskczukiem i twarogiem z koperkiem (*4*7) 70g	86	Pasta rybna z morskczukiem i twarogiem z koperkiem (*4*7) 70g	86	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	545	
	Miód 15g	40	Miód 15g	40	Miód 15g	40	Szynka z indyka 75%(*1+6+9) 20g	21			
	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 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				
Nocny	Bułka razowa z mix roślinnym, polędwicą drobiową, mozzarellą salata i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g	203	Bułka pszenna z mix roślinnym, polędwicą drobiową, mozzarellą salata i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	213	Bułka pszenna z mix roślinnym, polędwicą drobiową, mozzarellą salata i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	213	Bułka razowa z mix roślinnym, polędwicą drobiową, mozzarellą salata i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g	203			
	Arbuz 150g	45	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Rzodkiew biała talarki 100g	17			
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2456 Białko ogółem [g]: 110,26 Tłuszcz[g]: 92,04 w tym tłuszcze nasycone[g]: 28,03 Węglowodany ogółem[g]: 321,27 w tym cukry[g]: 28,64 Błonnik[g]: 39,72 Sód[g]: 2,52		Wartość energet. [kcal] 2389 Białko ogółem [g]: 98,54 Tłuszcz[g]: 76,02 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 339,054 w tym cukry[g]: 33,19 Błonnik[g]: 28,12 Sód [g]: 2,42		Wartość energet. [kcal]2369 Białko ogółem [g] 98,23 Tłuszcz[g] 73,12 w tym nasycone [g] 14,234 Węglowodany ogółem [g] 338,08 W tym cukry [g] 33,19 Błonnik[g] 27,24 Sód [g] 2,42		Wartość energet. [kcal] 2402 Białko ogółem [g]: 107,34 Tłuszcz[g]:82,59 w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,04 Węglowodany ogółem[g]: 316,67 w tym cukry[g]:22,34 Błonnik[g]:42,78 Sód [g]: 2,31		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 MSWiA Poliklinika

1.09.2025-10.09.2025

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

	Wtorek, 2 września 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 (*7)350ml Jajko w sosie tatarskim (*3*7) 50g/20ml Szynka drobiowa z majerankiem (*1+6+9+10)40g Papryka 50g Roszponka 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	255 105 42 10 1 261 116	Ryż na mleku (*7)350ml Jajko w sosie jogurtowo-koperkowym (*7*3) 50g/20ml Szynka drobiowa z majerankiem (*1+6+9+10)40g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	255 92 42 9 1 263 116	Ryż na mleku (*7)350ml Szynka drobiowa z majernakiem (1+6+9+10)50g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	255 55 40 9 1 263 116	Kefir *7/200ml Jajko w sosie jogurtowo-koperkowym (*7*3) 50g/20ml Szynka drobiowa z majerankiem (*1+6+9+10)40g Papryka 50g Roszponka 5g Chleb razowy (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	102 92 42 10 1 251 116	Ryż biały na mleku (*7) mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml	602	
II śniadanie	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Gruszka 1szt./160g Migdały (*8) 10g	85 62	Mus owocowy 100%/100g	54	
Obiad	Barszcz czerwony na wywarze mięsno-warzywnym z fasolą i ziemniakami (*7*9) 400ml Pierogi ruskie z nadzieniem twarogowo-ziemniaczanym okraszone cebulką (*1*3*7) 6szt./250g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 150g Kompot owocowy 250ml	274 545 72 50	Barszcz czerwony na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Pierogi ruskie z nadzieniem twarogowo-ziemniaczanym okraszone cebulką (*1*3*7) 6szt./250g Marchewka gotowana z masłem (*7) 150g Kompot owocowy 250ml	223 545 65 50	Barszcz czerwony na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Pierogi ruskie z nadzieniem twarogowo-ziemniaczanym okraszone cebulką (*1*3*7) 6szt./250g Marchewka gotowana z masłem (*7) 150g Kompot owocowy 250ml	223 545 65 50	Barszcz czerwony na wywarze mięsno-warzywnym z fasolą i ziemniakami (*7*9) 400ml Gulasz drobiowy z warzywami (*1) 150g Kasza gryczana 200g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 150g Woda 500ml	274 225 247 72	Barszcz czerwony (*7,*9), ziemniaki, mięso wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml	625 50	
Poodwiecz	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 z szynką wieprzową(*9) 200g Pomidor 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	178 9 261 116	Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym z szynką wieprzową(*9) 200g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	178 9 263 116	Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym z szynką wieprzową(*9) 200g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c250ml	178 9 263 116	Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym z szynką wieprzową(*9) 200g Pomidor 50g Chleb razowy (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	178 9 251 116	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	511	
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, mozzarellą ,połędwica wieprzowa ,sałatą i ogórkiem (*7*1*6+9+10) 100g Jabłko 150g	203 75	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą ,połędwica wieprzowa ,sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Sok owocowy 100%/200ml	213 99	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą ,połędwica wieprzową ,sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Sok owocowy 100%/200ml	213 99	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, mozzarellą ,połędwicą wieprzową ,sałatą i ogórkiem (*1*7*6+9+10) 100g Papryka słupki 100g	203 22			
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2471 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]: 2,33		Wartość energet. [kcal] 2345 Białko ogółem [g]: 110,04 Tłuszcz[g]: 82,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 335,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:30,12 Sód [g]: 2,12		Wartość energet. [kcal] 2345 Białko ogółem [g]: 109,12 Tłuszcz[g]: 79,55 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 335,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:30,12 Sód [g]: 2,12		Wartość energet. [kcal] 2357 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]:45,99 Sód [g]: 2,31		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

1.09.2025-10.09.2025

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

Środa, 3 września 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	Jajko 1szt./50g(*3)	256	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)	
	Twarożek plastry (*7) 40g	56	Twarożek plastry (*7) 40g	56	Twarożek plastry (*7) 40g	56	Twarożek plastry (*7) 40g	56	450ml	
	Połędwica sopocka (*6+9+10) 40g	42	Połędwica sopocka (*6+9+10) 40g	42	Połędwica sopocka (*6+9+10) 40g	42	Połędwica sopocka (*6+9+10) 40g	42	Herbata 250ml	
	Ogórek 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Ogórek 50g	9		
	Kiełki rzodkiewki 5g	1	Salata 1 liść/ 5g	1	Pomidor 50g	1	Kiełki rzodkiewki 5g	1		
	Herbata b/c 250ml		Herbatab/c 250ml		Salata 1 liść/ 5g		Herbata bez cukru 250ml			
II śniadanie	Winogron 150g	86	Arbuz 150g	55	Arbuz 150g	55	Kiwi 100g Pestki dyni (+8)10g	35 52	Mus owocowy 100%/100g	54
Obiad	Zupa szpinakowa z lanym ciastem na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml	246	Zupa szpinakowa z lanym ciastem na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml	246	Zupa szpinakowa z lanym ciastem na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml	246	Zupa szpinakowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml	232	Zupa szpinakowa(*7*9) ziemniaki, mięso	625
	Udko drobiowe pieczone(*9) 150g	265	Udko gotowane w jasnym sosie z natką pietruszki 150g/30ml (*1*7)	245	Udko gotowane w jasnym sosie z natką pietruszki 150g/30ml (*1*7) ki 200g	245	Udko drobiowe pieczone(*9) 150g	265	wieprzowe , mleko w proszku (*7),	
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 70g	142	Ziemniaki 200g	142	śmietana (*7) 450ml	
	Surówka z czerwonej kapusty z olejem rzepakowym 70g	56	Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 70g	42	Salata z oliwą 50g	42	Surówka z czerwonej kapusty z olejem rzepakowym 70g	56	Kompot owocowy 250ml	50
	Fasolka szparagowa 50g	18	Salata z oliwą 50g	36	Kompot wieloowocowy 250ml	36	Fasolka szparagowa 50g	18		
	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50		50	Woda 500ml			
Podwie	Kefir (*7) 200g	102	Kefir (*7) 200g	102	Kefir (*7) 200g	102	Kefir (*7) 200g	102	Kefir (*7) 200g	102
Kolacja	Mozzarella (*7) 40g	82	Mozzarella (*7) 40g	82	Mozzarella (*7) 40g	82	Mozzarella (*7) 40g	82	Mięso wieprzowe, jajko(*3),	545
	Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 30g	38	Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 30g	38	Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 30g	38	Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 30g	38	seler(*9),	
	Papryka 50g	10	Cukinia parzona 50g	7	Cukinia parzona 50g	7	Papryka 50g	10	marchew, pietruszka,	
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g	251	oliwa, masło (*7), kasza manna (*1)	
	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	450ml	
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata 250ml	
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, połędwicą wieprzową, jajkiem,sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g	188	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, połędwicą wieprzową,jajkiem sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	198	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, połędwicą wieprzową, jajkiem sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	198	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, połędwicą wieprzową,jajkiem sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g	188		
	Brzoskwinia 100g	45	Brzoskwinia 100g	45	Brzoskwinia 100g	45	Pomidor 100g	18		
WARTOŚCI ODŻWICZAJĄCE	Wartość energet. [kcal] 2535 Białko ogółem [g]: 116,76 Tłuszcz[g]: 92,34 w tym tłuszcze nasycone[g]: 30,23 Węglowodany ogółem[g]: 333,56 w tym cukry[g]: 58,23 Błonnik[g]: 45,03 Sód [g]: 2,78		Wartość energet. [kcal] 2399 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]: 33,03 Sód [g]: 2,31		Wartość energet. [kcal] 2399 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]: 33,03 Sód [g]: 3,31 w tym cukry[g]: 58,45 Błonnik[g]: 25,03 Sód[g]: 2,27		Wartość energet. [kcal] 2436 Białko ogółem [g]: 105,23 Tłuszcz[g]: 80,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,03 Węglowodany ogółem[g]: 315,82 w tym cukry[g]:41,23 Błonnik[g]: 46,09 Sód [g]:2,45		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

1.09.2025-10.09.2025

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

Czwartek, 4 września 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	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml	247	Polędwica drobiowa z majerankiem (+1+9+10+11) 20g	21	Płatki owsiane na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	602
	Paszтет zapiekany drobiowy z suszonymi pomidorami (*1*3*9+7+6) 60g	146	Polędwica drobiowa z majerankiem (+1+9+10+11) 60g	52	Polędwica drobiowa z majerankiem (+1+9+10+11) 60g	52	Paszтет zapiekany z suszonymi pomidorami (*1*3*9+6) 60g	146		
	Ser żółty(*7) 20g	70	Miód 15g	56	Miód 15g	56	Ser żółty (*7) 20g	70		
	Ogórek kiszony 50g	6	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Ogórek kiszony 50g	9	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		Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116		
	Herbata b/c 250ml	116	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml			
II śniadanie	Banan 120g	110	Banan 120g	110	Banan 120g	110	Śliwki 100g Orzechy włoskie 10g *8	45 65	Jogurt owocowy (*7) 100g	90
Obiad	Zupa jarzynowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*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 z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9)400ml	242	Zupa jarzynowa (*1*3*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
	Sos drobiowy z kurczakiem po chińsku (*1*9) 100g	272	Gulasz drobiowy ze szpinakiem (*7) 100g	245	Gulasz drobiowy ze szpinakiem (*7) 100g	245	Sos drobiowy z kurczakiem po chińsku (*1*9) 100g	272		
	Ryż biały 200g	260	Ryż biały 200g	260	Ryż biały 200g	260	Ryż brązowy 200g	247		
	Sałatka szwedzka z olejem rzepakowym 70g	32	Marchewka gotowana z masłem (*7) 70g	32	Marchewka gotowana z masłem (*7) 70g	32	Sałatka szwedzka z olejem rzepakowym 70g	32	Kompot wieloowocowy 250ml	50
	Kalafior gotowany 50g	16	Kalafior gotowany 50g	16	Kalafior gotowany 50g	16	Kalafior gotowany 50g	16		
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml			
Podwie	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	152	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	152	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	152	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	152
Kolacja	Szynka rubinowa wieprzowa (*6+9+10) 60g	62	Szynka rubinowa wieprzowa (*6+9+10) 60g	62	Szynka rubinowa wieprzowa (*6+9+10) 60g	62	Szynka rubinowa wieprzowa (*6+9+10) 60g	62	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	545
	Dżem 25g	40	Dżem 25g	40	Dżem 25g	40	Twaróg plaster *7/20g	24		
	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor50g	9	Pomidor 50g	9		
	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 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		Herbata 250ml	
Nocny	Bułka razowa z mix roślinnym, poledwicą wieprzową, serem żółtym sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g	217	Bułka pszenna z mix roślinnym, poledwicą drobiową, twarożkiem sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	194	Bułka pszenna z mix roślinnym, poledwicą drobiową, twarożkiem,salatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	194	Bułka razowa z mix roślinnym, poledwicą wieprzową, serem żółtym sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g	217		
	Galaretka z owocami b/c 123g	100	Galaretka z owocami b/c 123g	100	Galaretka z owocami b/c 123g	100	Rzodkiew 100g	17		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2543 Białko ogółem [g]: 110,45 Tłuszcz[g]: 83,82 w tym tłuszcze nasycone[g]: 29,23 Węglowodany ogółem[g]: 342,56 w tym cukry[g]: 58,23 Błonnik[g]: 40,03 Sód [g]: 2,77		Wartość energet. [kcal] 2442 Białko ogółem [g]: 94,91 Tłuszcz[g]: 72,112 w tym tłuszcze nasycone[g]: 21,30 Węglowodany ogółem[g]: 366,87 w tym cukry[g]: 57,18 Błonnik[g]: 32,72 Sód [g]: 2,54		Wartość energet. [kcal] 2442 Białko ogółem [g]: 94,91 Tłuszcz[g]: 72,112 w tym tłuszcze nasycone[g]: 21,30 Węglowodany ogółem[g]: 366,87 w tym cukry[g]: 57,18 Błonnik[g]: 32,72 Sód [g]: 2,54		Wartość energet. [kcal] 2410 Białko ogółem [g]: 98,24 Tłuszcz[g]: 71,02 w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,04 Węglowodany ogółem[g]: 313,12 w tym cukry[g]:40,34 Błonnik[g]:48,78 Sód [g]: 2,46		Wartość energet. [kcal]1945 Białko ogółem [g] 69,45 Tłuszcz[g] 64,12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 291.34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g]1,77	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

1.09.2025-10.09.2025

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

Piątek, 5 września 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	Mozzarella *7/20g	54	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							
	Szynka z indyka 75%(*9*10) 20g	19	Szynka z indyka 75%(*9*10) 20g	19	Szynka z indyka 75%(*9*10) 20g	19	Szynka z indyka 75%(*9*10) 20g	19	proszku (*7),							
	Rzodkiew biała 50g	7	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Rzodkiew biała50g	7	miód, bułka							
	Roszponka 5g	1	Roszponka 5g	1	Salata 1 liść	1	Roszponka 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	Herbata z							
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	cukrem 250ml							
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml									
II śniadanie	Gruszka 1szt./160g	85	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Gruszka 1szt./160g Migdały (*8) 10g	85 62	Mus owocowy 100%/100g	54						
Obiad	Zupa brokułowa z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml	235	Zupa brokułowa z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml	235	Zupa brokułowa z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml	235	Zupa brokułowa z makaronem razowym na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml	232	Zupa brokułowa (*7,*9),	625						
	Filet rybny z mintaja panierowany i smażony (*1*3*4) 100g	274	Filet rybny z mintaja parowany z masłem i koperkiem (*4*7) 100g	210	Filet rybny z mintaja parowany z masłem i koperkiem (*4*7) 100g	210	Filet rybny z mintaja parowany z masłem i koperkiem (*4*7) 100g	210	ziemniaki,							
	Ziemniaki 200g		Ziemniaki 200g		Ziemniaki 200g		Ziemniaki 200g		mięso							
	Surówka z kiszonej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 70g	142	Cukinia gotowana z masłem (*7) 70g	142	Cukinia gotowana z masłem (*7) 70g	142	Surówka z kiszonej kapusty i marchewki z olejem	142	drobiowe,							
	Szpinak gotowany 50g	52	Szpinak gotowany 50g	22	Szpinak gotowany 50g	22	Szpinak gotowany 50g	52	mleko w							
	Kompot owocowy 250ml	17 50	Kompot owocowy 250ml	17 50	Kompot owocowy 250ml	17 50	Kompot owocowy 250ml	17	proszku (*7),							
Podwiecz	Jogurt owocowy (*7) 100g	90	Jogurt owocowy (*7) 100g	90	Jogurt owocowy (*7) 100g	90	Jogurt naturalny (*7) 100g	60	śmietana (*7) 450ml	50						
Kolacja	Risotto na ciepło z warzywami i piersią z kurczaka (*9) 200g	178	Risotto na ciepło z warzywami i piersią z kurczaka (*9) 200g	178	Risotto na ciepło z warzywami i piersią z kurczaka (*9) 200g	178	Risotto z ryżu brązowego na ciepło z warzywami i piersią z kurczaka (*9) 200g	164	Mięso wieprzowe, jajko(*3),	511						
	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	seler(*9),							
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	251	marchew,							
	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	pietruszka, oliwa,							
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		masło (*7), kasza							
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, serem żółtym, jajkiem,salata i ogórkiem (*7*1*6+9+10) 100g	222	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, jajkiem salata i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	213	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, jajkiem salata i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	213	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, serem żółtym, jajkiem, salata i ogórkiem (*1*7*6+9+10) 100g	222	manna (*1) 450ml							
	Sok owocowy 200ml	99	Sok owocowy 300ml	82	Sok owocowy 300ml	82	Pomidor 100g	18	Herbata 250ml							
WARTOŚCI ODŻYWCZE		Wartość energet. [kcal] 2553 Białko ogółem [g]: 123,04 Tłuszcz[g]: 76,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 324,23 w tym cukry[g]: 46,245 Błonnik[g]:39,12 Sód[g]: 2,55			Wartość energet. [kcal] 2370 Białko ogółem [g]: 112,34 Tłuszcz[g]: 68,45 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,56 Węglowodany ogółem[g]: 331,34 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:32,35 Sód [g]: 2,42			Wartość energet. [kcal]2350 Białko ogółem [g]: 111,22 Tłuszcz[g]: 68,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 15,56 Węglowodany ogółem[g]: 330,98 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:30,12 Sód[g]: 2,39			Wartość energet. [kcal] 2256 Białko ogółem [g]: 96,99 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]: 2,32			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 MSWiA Poliklinika

1.09.2025-10.09.2025

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

	Sobota, 6 września 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 (*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), miód, bułka pszena (*1)		
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Herbata 250ml		
	Polędwica sopocka wieprzowa (*6+9+10) 60g	62	Polędwica sopocka wieprzowa (*6+9+10) 60g	62	Polędwica sopocka wieprzowa (*6+9+10) 60g	62	Polędwica sopocka wieprzowa (*6+9+10) 60g	62			
	Mozzarella plastry (*7) 20g		Mozzarella plastry (*7) 20g		Mozzarella plastry (*7) 20g		Mozzarella plastry (*7) 20g				
	Papryka 80g	56	Papryka 80g	56	Papryka 80g	56	Papryka 80g	56			
	Salata 1 liść /5g	20	Salata 1liść/5g	17	Salata 1 liść /5g	17	Salata 1 liść/5g	20			
	Herbata b/c 250ml	1	Herbata b/c 250ml	1	Pomidor 80g	17	Herbata bez cukru 250ml	1			
II śniadanie	Brzoskwinia (Nektarynka) 100g	55	Brzoskwinia (Nektarynka) 100g	55	Brzoskwinia (Nektarynka) 100g	55	Brzoskwinia (Nektarynka) 100g	55	Mus owocowy bez cukru 100%/100ml	54	
Obiad	Zupa z cukinią i koperkiem na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml	223	Zupa z cukinią i koperkiem na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml	223	Zupa z cukinią i koperkiem na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml	223	Zupa z cukinią i koperkiem na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml	223	Zupa z cukinii (*7*9), ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7),	625	
	Gotowana pierś z kurczaka z sosem z włoszczyzny (*9) 100g/50ml	242	Gotowana pierś z kurczaka z sosem z włoszczyzny (*9) 100g/50ml	242	Gotowana pierś z kurczaka z sosem z włoszczyzny (*9) 100g/50ml	242	Gotowana pierś z kurczaka z sosem z włoszczyzny (*9) 100g/50ml	242	śmietana (*7) 450ml		
	Kasza jęczmienna (*1) 200g	218	Kasza jęczmienna (*1) 200g	218	Kasza jęczmienna (*1) 200g	218	Kasza jęczmienna (*1) 200g	218	Kompot owocowy 250ml		
	Buraczki gotowane 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 rzepakowymi 70g	56			
	Bukiet warzyw gotowany 50g	25	Bukiet warzyw gotowany 50g	25	Bukiet warzyw gotowany 50g	218	Bukiet warzyw gotowany 50g	56			
	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	45	Woda 500ml	25		50	
						25					
						50					
Podwiecz	Kefir naturalny (*7) 200ml	102	Kefir naturalny (*7) 200ml	102	Kefir naturalny (*7) 200ml	102	Kefir naturalny (*7) 200ml	102	Kefir naturalny (*7) 200ml	102	
Kolacja	Pasta rybna z łososiem, twarogiem i koperkiem (*4*7) 70g	92	Pasta rybna z łososiem, twarogiem i koperkiem (*4*7) 70g	92	Pasta rybna z łososiem, twarogiem i koperkiem (*4*7) 70g	92	Pasta rybna z łososiem, twarogiem i koperkiem (*4*7) 70g	92	Mięso drobiowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1)	545	
	Miód 1szt./15g	40	Miód 1szt./15g	40	Miód 1szt./ 15g	40	Polędwica sopocka (*6+9+10) 30g	35	Herbata 250ml		
	Ogórek 50g	6	Cukinia gotowana 50g	7	Cukinia gotowana 50g	7	Ogórek 50g	6			
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	251			
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116			
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata bez cukru 250ml				
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, poledwicą sopocką, jajkiem,sałatą i pomidorem (*7*1*6+9+10) 100g	188	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwicą sopocką, jajkiem,sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	198	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwicą sopocką jajkiem,sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	198	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, poledwicą sopocką, jajkiem,sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	188			
	Nektarynka (Brzoskwinia) 100g	45	Nektarynka (Brzoskwinia) 100g	45	Nektarynka (Brzoskwinia) 100g	45	Papryka 100g	22			
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2446 Białko ogółem [g]: 112,04 Tłuszcz[g]: 91,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 335,23 w tym cukry[g]: 46,245 Błonnik[g]:39,12 Sód [g]: 2,82		Wartość energet. [kcal] 2385 Białko ogółem [g]: 103,22 Tłuszcz[g]: 72,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 15,02 Węglowodany ogółem[g]: 345,11 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:32,12 Sód [g]: 2,62		Wartość energet. [kcal] 2385 Białko ogółem [g]: 103,22 Tłuszcz[g]: 72,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 15,02 Węglowodany ogółem[g]: 345,11 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:32,12 Sód [g]: 2,62		Wartość energet. [kcal] 2319 Białko ogółem [g]: 109,04 Tłuszcz[g]: 75,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 311,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:42,12 Sód[g]: 2,55		Wartość energet. [kcal]2030 Białko ogółem [g] 69,45 Tłuszcz[g] 58.12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 288.34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 2,12		

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

1.09.2025-10.09.2025

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

Niedziela, 7 września 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	Jabłko 150g	75	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)	
	Rzodkiew biała 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Rzodkiew biała 50g		450ml	
	Rukola 5g	1	Rukola 5g	1	Rukola 5g	1	Liść sałaty 5g		Herbata 250ml	
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata bez cukru 250ml	9 1		
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	Jogurt naturalny (*7) 100g Migdały (*8) 10g	60 62	Jogurt naturalny *7 100g	60
Obiad	Rosół na wywarze mięsno-warzywnym z makaronem (*1*3*9) 400ml	189	Rosół na wywarze mięsno-warzywnym z makaronem (*1*3*9) 400ml	189	Rosół na wywarze mięsno-warzywnym z makaronem (*1*3*9) 400ml	189	Rosół na wywarze mięsno-warzywnym z makaronem razowym (*1*3*9) 400ml	186	Rosół (*7,*9), ziemniaki, mięso	625
	Kotlet schabowy panierowany i smażony (*1*3) 100g	311	Schab wieprzowy gotowany w delikatnym jasnym sosie (*1*7+9) 150g/30ml	256	Schab wieprzowy gotowany w delikatnym jasnym sosie (*1*7+9) 150g/30ml	256	Schab wieprzowy gotowany w delikatnym jasnym sosie (*1*7+9) 150g/30ml	256	wieprzowe, mleko w	
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	proszku (*7),	
	Mizéria z ogórków z jogurtem *7/ 70g	21	Sałata z jogurtem (*7)70g	22	Sałata z jogurtem (*7)	17	Mizéria z ogórków z jogurtem *7/ 70g	21	śmietana (*7)	
	Fasolka szparagowa 50g	14	Szpinak gotowany50g	17	Szpinak gotowany 50g	22	Fasolka szparagowa 50g	142	Kompot	
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml	21	wielooowocowy 250m	50
								14		
Podwie	Salatka ze świeżych warzyw z fetą i olejem rzepakowym (*7) 150g	76	Mandarynka 120g	45	Mandarynka 120g	45	Salatka ze świeżych warzyw z fetą i olejem rzepakowym (*7) 150g	76	Mus owocowy 100%/100g	54
Kolacja	Ser żółty (*7) 50g	147	Twarożek z natką pietruszki (*7) 70g	82	Twarożek z natką pietruszki(*7) 70g	82	Ser żółty (*7) 50g	147	Mięso wieprzowe, jajko(*3),	545
	Polędwica drobiowa (+1+6+9+10) 20g	25	Polędwica drobiowa (+1+6+9+10) 20g	25	Polędwica drobiowa (+1+6+9+10) 20g	25	Polędwica drobiowa (+1+6+9+10) 20g	25	seler(*9),	
	Ogórek 50g	6	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Ogórek 50g	6	marchew,	
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g	251	pietruszka, oliwa,	
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g		Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g		masło (*7), kasza	
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c250ml		Herbata b/c 250ml	116	manna (*1) 450ml	
								Herbata 250ml		
Nocny	Kanapka tostowa razowa z szynką, twarogiem, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	184	Kanapka tostowa pszenna z szynką, 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, twarogiem, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	184		
	Pomidor/ 100g	18	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%.100g	54	Pomidor./ 100g	18		
WARTOŚCI ODŻTWCZE	Wartość energet. [kcal] 2519 Białko ogółem [g]: 113,26 Tłuszcz[g]: 85,04 w tym tłuszcze nasycone[g]: 28,03 Węglowodany ogółem[g]: 333,27 w tym cukry[g]: 57,64 Błonnik[g]: 37,72 Sód [g]: 2,72		Wartość energet. [kcal]2496 Białko ogółem [g]: 99,63 Tłuszcz[g]: 78,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 337,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:31,99 Sód [g]: 2,56		Wartość energet. [kcal]2496 Białko ogółem [g]: 99,63 Tłuszcz[g]: 78,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 337,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:31,99 Sód [g]: 2,56		Wartość energet. [kcal] 2212 Białko ogółem [g]:95,54 Tłuszcz[g]: 72,31 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 299,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:39,99 Sód[g]: 2,32		Wartość energet. [kcal]2002 Białko ogółem [g] 68,45 Tłuszcz[g] 49.12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 294.34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 2,11	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

1.09.2025-10.09.2025

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

Poniedziałek, 8 września 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	Jajko gotowane 1szt*3	70	Płatki jaglane na mleku (*7),	602
	Polędwica sopocka wieprzowa (*6+9+10) 60g	65	Polędwica sopocka wieprzowa (*6+9+10) 60g	65	Polędwica sopocka wieprzowa (*6+9+10) 60g	65	Polędwica sopocka wieprzowa (*6+9+10) 60g	65	mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	
	Dżem truskawkowy 25g	40	Dżem truskawkowy 25g	40	Dżem truskawkowy 25g	40	Twaróg *7/20g	24		
	Ogórek kiszony 50g	6	Pomidor 50g	9	Ogórek kiszony 50g	6	Ogórek kiszony 50g	6		
	Roszpinka 5g	1	Roszpinka 5g	1	Pomidor 50g	9	Roszpinka 5g	1		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Roszpinka 5g	1	Chleb razowy (*1)100g	251	Herbata 250ml	
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Chleb pszenny (*1)100g	263	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116		
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Herbata b/c 250ml			
II śniadanie	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Gruszka 150g Pestki słonecznika (+8)10g	85 54	Mus owocowy 100%/100g	54
Obiad	Zupa z ciecierzycy na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml	282	Zupa wiejska na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml	212	Zupa wiejska na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml	212	Zupa z ciecierzycy na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml	282	Zupa wiejska (*7,*9), ziemniaki, mięso wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
	Sos drobiowy ze szpinakiem (*7)150g	256	Sos drobiowy ze szpinakiem (*7)150g	256	Sos drobiowy ze szpinakiem (*7)150g	256	Sos drobiowy ze szpinakiem (*7)150g	256		
	Makaron gotowany (*1) 200g	260	Makaron gotowany (*1) 200g	260	Makaron gotowany (*1) 200g	260	Makaron razowy gotowany (*1) 200g	247	Kompot wieloowocowy 250ml	50
	Bukiet warzyw z masłem (*7) 70g	52	Bukiet warzyw z masłem (*7) 70g	35	Bukiet warzyw z masłem (*7)70g	35	Surówka z białej kapusty z olejem rzepakowym 70g	52		
	Surówka z białej kapusty z olejem rzepakowym 70g	16	Brokuł gotowany 50g	16	Brokuł gotowany 50g	16	Brokuł gotowany 50g	16		
	Brokuł gotowany 50g	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml			
	Kompot owocowy 250ml									
Podli	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	Mozzarella plastry(*7)40g	65	Mozzarella plastry(*7)40g	65	Mozzarella plastry(*7)40g	65	Mozzarella plastry(*7)40g	65	Mięso drobiowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	545
	Szynka z indyka 75% (+6+9+10) 30g	32	Szynka z indyka 75% (+6+9+10) 30g	32	Szynka z indyka 75% (+6+9+10) 30g	32	Szynka z indyka 75% (+6+9+10) 30g	32		
	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	251		
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116		
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml			
Nocny	Kanapka tostowa razowa z szynką, mozzarella, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Banan 150g	203 110	Kanapka tostowa pszenna z szynką,mozzarella, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Banan 150g	213 110	Kanapka tostowa pszenna z szynką, mozzarella, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Banan 150g	213 110	Kanapka tostowa razowa z szynką, 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] 2589 Białko ogółem [g]: 112,76 Tłuszcz[g]: 93,34 w tym tłuszcze nasycone[g]: 30,23 Węglowodany ogółem[g]: 336,56 w tym cukry[g]: 58,23 Błonnik[g]: 42,03 Sód [g]: 2,42		Wartość energet. [kcal] 2571 Białko ogółem [g]: 104,65 Tłuszcz[g]: 82,112 w tym tłuszcze nasycone[g]: 28,30 Węglowodany ogółem[g]: 341,87 w tym cukry[g]: 57,18 Błonnik[g]: 29,72 Sód [g]: 2,55		Wartość energet. [kcal] 2571 Białko ogółem [g]: 104,65 Tłuszcz[g]: 82,112 w tym tłuszcze nasycone[g]: 28,30 Węglowodany ogółem[g]: 341,87 w tym cukry[g]: 57,18 Błonnik[g]: 29,72 Sód [g]: 2,55		Wartość energet. [kcal] 2440 Białko ogółem [g]: 106,34 Tłuszcz[g]: 85,59 w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,04 Węglowodany ogółem[g]: 323,67 w tym cukry[g]:40,34 Błonnik[g]:36,78 Sód [g]: 2,42		Wartość energet. [kcal]2101 Białko ogółem [g] 77,45 Tłuszcz[g] 62.12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 295.34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 1,84	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

1.09.2025-10.09.2025

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

Wtorek, 9 września 2025										
	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku (*1*7)350ml	255	Płatki jęczmienne na mleku (*1*7)350ml	255	Płatki jęczmienne na mleku (*1*7)350ml	255	Mozzarella (*7) 20g Pasta twarogowa z koperkiem (*7) 70g	54 82	Płatki jęczmienne na mleku (*1*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	589
	Ser żółty (*7) 50g	174	Pasta twarogowa z koperkiem (*7) 70g	82	Pasta twarogowa z koperkiem (*7) 70g	82	Schab wieprzowy z kija (*6+9+10) 30g	35 10		
	Schab wieprzowy z kija (*6+9+10) 30g	35	Schab wieprzowy z kija (*6+9+10) 30g	35	Schab wieprzowy z kija (*6+9+10) 30g	35	Papryka 50g	1		
	Papryka 50g	10	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Roszpinka 5g	251		
	Roszpinka 5g	1	Roszpinka 5g	1	Roszpinka 5g	1	Chleb razowy (*1) 100g			
II śniadanie	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Herbata z cukrem 250ml	
	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					
Obiad	Brzoskwinia (Nektarynka) 100g	45	Mus owocowy bez cukru 100%100g	54	Mus owocowy bez cukru 100%100g	54	Brzoskwinia (Nektarynka) 100g Migdały (*8) 10g	45 62	Mus owocowy 100%/100g	54
Podwiecz	Zupa ogórkowa na wywarze mięsno-warzywnym z ryżem(*7*9) 400ml	256	Zupa marchwianka z ryżem na wywarze mięsno-warzywnym (*9*7) 400ml	232	Zupa marchwianka z ryżem na wywarze mięsno-warzywnym (*9*7) 400ml	232	Zupa ogórkowa na wywarze mięsno-warzywnym z ryżem brązowym (*7*9) 400ml	254	Zupa marchwianka (*7*9) ziemniaki, mięso wieprzowe , mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
	Fasolka po bretońsku z mięsem wieprzowym (*1*3*7*9) 150g	321	Pyzy ziemniaczane z mięsem wieprzowo-drobiowym okraszone masłem (*1*7*9+10) 300g	438	Pyzy ziemniaczane z mięsem wieprzowo-drobiowym okraszone masłem (*1*7*9+10) 300g/5szt	438	Fasolka po bretońsku z mięsem wieprzowym (*1*3*7*9) 150g	321		
	Ziemniaki 200g	142	Cukinia gotowana z masłem (*7) 120g	56	Cukinia gotowana z masłem (*7) 120g	56	Jabłko 1szt./150g	142		
	Jabłko 1szt./150g	75	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Surówka marchewki i jabka z olejem rzepakowym 50g	75		
	Kompot wieloowocowy 250ml	50					Woda 500ml	32	Kompot owocowy 250ml	50
Kolacja	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	154	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	154	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	154	Kefir (*7) 200ml	102	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	154
Nocny	Zapiekanka makaronowa z warzywami i kurczakiem (*1*9*7*3) 200g	178	Zapiekanka makaronowa z warzywami i kurczakiem (*1*9*7*3) 200g	178	Zapiekanka makaronowa z warzywami i kurczakiem (*1*9*7*3) 200g	178	Zapiekanka makaronowa z makaronem razowym z warzywami i kurczakiem (*1*9*7*3) 200g	167	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	545
	Pomidor 50g	9	Chleb pszenny (*1)100g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g	251		
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Herbata b/c 250ml	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g	116		
	Herbata b/c 250ml				Herbata b/c250ml		Herbata b/c 250ml			
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, mozzarellą , szynką, sałatą i ogórkiem (*7*1*6+9+10) 100g	203	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, szynką,salaatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	213	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, szynką ,sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	213	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, mozzarellą, szynką, sałatą i ogórkiem (*1*7*6+9+10) 100g	203		
	Papryka 100g	22	Sok owocowy 300ml	82	Sok owocowy 300ml	82	Papryka 100g	22		
Wartość energet. [kcal] 2539 Białko ogółem [g]: 106,26 Tłuszcz[g]: 85,04 w tym tłuszcze nasycone[g]: 28,03 Węglowodany ogółem[g]: 333,27 w tym cukry[g]: 57,64 Błonnik[g]: 31,72 Sód [g]: 2,64		Wartość energet. [kcal] 2395 Białko ogółem [g]: 91,54 Tłuszcz[g]: 77,02 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 337,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 22,12 Sód [g]: 2,32		Wartość energet. [kcal]2375 Białko ogółem [g] 90,23 Tłuszcz[g] 74.12 w tym nasycone [g] 14,234 Węglowodany ogółem [g] 335,08 W tym cukry [g] 49,98 Błonnik[g] 19,24 Sód [g] 2,28		Wartość energet. [kcal] 2350 Białko ogółem [g]: 92,34 Tłuszcz[g]:78,59 w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,04 Węglowodany ogółem[g]: 290,67 w tym cukry[g]:37,34 Błonnik[g]:39,78 Sód [g]: 2,14		Wartość energet. [kcal]2005 Białko ogółem [g] 70,12 Tłuszcz[g] 50.45 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 284.34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 1,99		

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

1.09.2025-10.09.2025

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

	Środa, 10 września 2025										
	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal	
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml	247	Jajko gotowane 1szt.(*3)	70	Płatki owsiane na mleku (*7+1) , mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	589	
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	251			
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Szynka wiśniowa wieprzowa (+1+9+10) 60g	116			
	Szynka wiśniowa wieprzowa (+1+9+10) 60g	62	Szynka wiśniowa wieprzowa (+1+9+10) 60g	62	Szynka wiśniowa wieprzowa (+1+9+10) 60g	62	Mozzarella plaster(*7) 20g	62			
	Mozzarella plaster (*7) 20g	56	Mozzarella plaster (*7) 20g	56	Mozzarella plaster (*7) 20g	56	Ogórek kiszony 50g	56			
	Ogórek kiszony 50g	6	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Kiełki rzodkiewki 5g	6	Herbata 250ml		
	Kiełki rzodkiewki 5g	1	Herbata b/c 250ml	1	Herbata b/c 250ml	1	Herbata bez cukru 250ml	1			
II śniadanie	Banan 1szt./150g	110	Banan 1szt./150g	110	Banan 1szt./150g	110	Gruszka 1szt./160g Pestki dyni (+8) 10g	85 58	Sok owocowy 300ml	82	
Obiad	Kapuśniak na wywarze mięsnym i włoszczyzny z ziemniakami (*7*9) 400ml	255	Zupa kalafiorowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym *7*9 400ml	232	Zupa kalafiorowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym *7*9 400ml	232	Kapuśniak na wywarze mięsnym i włoszczyzny z ziemniakami (*7*9) 400ml	255	Zupa kalafiorowa (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625	
	Bitki z szynki wieprzowej w sosie własnym(*1*3) 100g/50ml	256	Bitki z szynki wieprzowej w sosie własnym(*1*3) 100g/50ml	256	Bitki z szynki wieprzowej w sosie własnym(*1*3) 100g/50ml	256	Bitki z szynki wieprzowej w sosie własnym(*1*3) 100g/50ml	256			
	Kluski śląskie (*1*3) 8szt./160g	202	Kluski śląskie (*1*3) 8szt./160g	202	Kluski śląskie (*1*3) 8szt./160g	202	Kasza gryczana 200g	242			
	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g	45	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g	45	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g	45	Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 70g	54			
	Szpinak gotowany 50g	21	Szpinak gotowany 50g	21	Szpinak gotowany 50g	21	Szpinak gotowany 50g	21			
	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Woda 500ml	21	Kompot wieloowocowy 250ml	50	
Podwiek	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 twarogowa z rzodkiewką i koperkiem (*7) 80g	112	Pasta twarogowa z koperkiem (*7) 80g	102	Pasta twarogowa z koperkiem (*7) 80g	102	Pasta twarogowa z rzodkiewką i koperkiem (*4*7) 80g	112	Mięso drobiowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	511	
	Dżem truskawkowy 25g	40	Dżem truskawkowy 25g	40	Dżem truskawkowy 25g	40	Polędwica drobiowa (*1+6+9+10+11) 20g	19			
	Papryka 50g	10	Cukinia parzona 50g	7	Cukinia parzona50g	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 bez cukru 250ml				
Nocny	Bułka razowa z mix roślinnym, poledwicą sopocką, jajkiem, sałatą i ogórkiem (*7*1*6+9+10) 100g	188	Bułka pszenna z mix roślinnym, poledwicą sopocką, jajkiem, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	198	Bułka pszenna z mix roślinnym, poledwicą sopocką jajkiem, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	198	Bułka razowa z mix roślinnym, poledwicą sopocką, jajkiem, sałatą i ogórkiem (*1*7*6+9+10) 100g	188			
	Pomidor / 100g	18	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Pomidor 100g	18			
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2402 Białko ogółem [g]: 102,34 Tłuszcz[g]: 82,87 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 329,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 40,09 Sód [g]: 2,72		Wartość energet. [kcal] 2409 Białko ogółem [g]: 99,63 Tłuszcz[g]: 78,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 345,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:31,99 Sód [g]: 2,61		Wartość energet. [kcal] 2409 Białko ogółem [g]: 99,63 Tłuszcz[g]: 78,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 345,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:31,99 Sód [g]: 2,61		Wartość energet. [kcal] 2366 Białko ogółem [g]: 100,19 Tłuszcz[g]: 80,32 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 315,12 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:45,12 Sód [g]: 2,55		Wartość energet. [kcal]2022 Białko ogółem [g] 72,45 Tłuszcz[g] 52.12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 300.34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 2,02		

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