

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

11.09.2025-20.09.2025

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, 11 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	Brzoskwinia (Nektarynka) 120g	55	Płatki jaglane na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	589	
	Chleb mieszany, ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	251			
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116			
	Jajko gotowane 1szt./50g (3)	70	Jajko gotowane 1szt./50g (3)	70	Szynka wieprzowa pieczona (*9*10+1) 50g	65	Jajko gotowane 1szt./50g (3)	70	Herbata 250ml		
	Szynka wieprzowa pieczona (*9*10+1) 40g	42	Szynka wieprzowa pieczona (*9*10+1) 40g	42	Miód 15g	40	Szynka wieprzowa pieczona (*9*10+1) 40g	42			
	Papryka 50g	10	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Papryka 50g	9			
	Rukola 5g	1	Pomidor 50g	1	Rukola 5g	1	Rukola 5g	1			
	Herbata b/c 250ml		Herbatab/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata bez cukru 250ml				
II śniadanie	Salatka ze świeżych warzyw z oliwą i pestkami słonecznika 150g	78	Brzoskwinia (Nektarynka) 120g	55	Brzoskwinia (Nektarynka) 120g	55	Salatka ze świeżych warzyw z oliwą i pestkami słonecznika 150g	78	Jogurt naturalny (*7) 100g	60	
Obiad	Zupa pieczarkowa z makaronem na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml	248	Zupa brokułowa z makaronem na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml	235	Zupa brokułowa z makaronem na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml	235	Zupa pieczarkowa z makaronem razowym na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml	235	Zupa brokułowa (*9), ziemniaki, mięso drobiowo-wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625	
	Gołąbki bez zawijania z kapustą, ryżem i mięsem wieprzowo-drobiowym w sosie pomidorowym (*7*9) 100g/30ml	267	Pulpet wieprzowo-drobiowy w sosie pomidorowym (*1*3*7*9) 100g/30ml	225	Pulpet wieprzowo-drobiowy w sosie pomidorowym (*1*3*7*9) 100g/30ml	225	Gołąbki bez zawijania z kapustą, ryżem brązowym i mięsem wieprzowo-drobiowym w sosie pomidorowym (*7*9) 100g/30ml	267	Kompot wieloowocowy 250ml	50	
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142			
	Salatka szwedzka z olejem rzepakowym 70g	28	Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7)70g	38	Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7)70g	38	Salatka szwedzka z olejem rzepakowym 70g	28			
	Salata z jogurtem *7/ 50g	18	Salata z jogurtem *7/ 50g	18	Salata z jogurtem *7/ 50g	18	Salata z jogurtem *7/ 50g	18			
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml	18			
Podwiecz	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g	142	Mus owocowy b/c 100%/100g	54	
Kolacja	Ser żółty (*7) 50g	156	Mozzarella (*7) 60g	82	Mozzarella (*7) 60g	82	Ser żółty (*7) 50g	156	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	511	
	Dżem 25g	40	Dżem 25g	40	Dżem 25g	40	Kurczak ze straganu 20g (*1*10+1)	30			
	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 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 250ml		
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, połówką drobiową, mozzarellą sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g	203	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, połówką drobiową, mozzarellą sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	213	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, połówką drobiową, mozzarellą sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	213	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, połówką drobiową, mozzarellą sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g	203			
	Jabłko 150g	75	Sok owocowy 300ml	82	Sok owocowy 300ml	82	Rzodkiew talarki 100g	22			
Wartość energet. [kcal] 2518 Białko ogółem [g]: 116,34 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]: 2,66		Wartość energet. [kcal] 2511 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]: 2,59		Wartość energet. [kcal]2511 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]: 2,55		Wartość energet. [kcal] 2387 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 Poliklinika MSWiA

11.09.2025-20.09.2025

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) lubin.

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

Piątek, 12 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	255	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml	255	Mozzarella (*7) 20g	47	Płatki owsiane na mleku (*7+1), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	589	
	Pasta twarogowa z pomidorami (*7) 70g	92	Pasta twarogowa z pomidorami (*7) 70g	92	Pasta twarogowa z pomidorami (*7) 70g	92	Pasta twarogowa z pomidorami (*7) 70g	112			
	Miód 15g	40	Miód 15g	40	Miód 15g	40	Szynka krakowska parzona wieprzowa (+6+9+10) 20g	25			
	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9			
	Roszonka 5g	261	Roszonka 5g	1	Roszonka 5g	1	Roszonka 5g	1			
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	116	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	251			
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g		Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Herbata z cukrem 250ml		
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml				
II śniad	Banan 1szt./120g	110	Banan 1szt./120g	110	Banan 1szt./120g	110	Gruszka 150g Migdały (*8) 10g	85 62	Sok owocowy 300ml	82	
Obiad	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno-warzywnym z zacierką (*1*3*7*9)400ml	262	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno-warzywnym z zacierką (*1*3*7*9)400ml	262	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno-warzywnym z zacierką (*1*3*7*9)400ml	262	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno-warzywnym z makaronem razowym (*1*7*9)400ml	257	Zupa szpinakowa (*7*9) , ziemniaki, ryba na parze (*4), brokuł, cukinia, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625	
	Ryba morszczuk panierowana i smażona (*1,*4,*3) 100g	278	Ryba morszczuk parowany z koperkiem i masłem (*4*7) 100g	245	Ryba morszczuk parowany z koperkiem parowany i masłem (*4,*7) 100g	245	Ryba morszczuk parowana z koperkiem i masłem (*4,*7) 100g	245			
	Surówka z kapusty kiszzonej i marchewki z olejem rzepakowym 70g	48	Cukinia gotowana z masłem (*7) 70g	32	Cukinia gotowana z masłem (*7) 70g	32	Surówka z kapusty kiszzonej i marchewki z olejem rzepakowym 100g	48			
	Brokuł gotowany 50g	16	Brokuł gotowany 50g	16	Brokuł gotowany 50g	16	Brokuł gotowany 50g	16			
	Ziemniaki gotowane 200g	142	Ziemniaki gotowane 200g	142	Ziemniaki gotowane 200g	142	Ziemniaki gotowane 200g	142			
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml	142	Kompot owocowy 250ml	50	
Podwie	Jogurt owocowy *7 100g	90	Jogurt owocowy *7 100g	90	Jogurt owocowy *7 100g	90	Jogurt naturalny (*7) 100g	60	Jogurt naturalny *7 100g	60	
Kolacja	Risotto z kurczakiem i warzywami na ciepło (*9) 200g	176	Risotto z kurczakiem i warzywami na ciepło (*9) 200g	176	Risotto z kurczakiem i warzywami na ciepło (*9) 200g	176	Risotto z ryżu brązowego z kurczakiem i warzywami na ciepło (*9) 200g	187	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	545	
	Ogórek 50g	6	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Ogórek 50g	6			
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	251			
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116			
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml				
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, mozzarellą ,połędwica wieprzowa sałatą i papryką (*7*1*6+9+10) 100g	182	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą połędwica wieprzowa,salaatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	191	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą połędwicą wieprzową,salaatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	191	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, mozzarellą, połędwicą wieprzową sałatą i papryką (*1*7*6+9+10) 100g	182			
	Galeretka z owocami b/c 123g	100	Galeretka z owocami b/c 123g	100	Galeretka z owocami b/c 123g	100	300ml Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 100g	55			
WARTOŚCI ODŻYWCZE		Wartość energet. [kcal] 2552 Białko ogółem [g]: 90,04 Tłuszcz[g]: 78,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 325,23 w tym cukry[g]: 36,245 Błonnik[g]:32,12 Sód [g]: 2,42		Wartość energet. [kcal] 2481 Białko ogółem [g]: 88,44 Tłuszcz[g]: 70,45 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,56 Węglowodany ogółem[g]: 330,34 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:23,35 Sód [g]: 2,55		Wartość energet. [kcal]2461 Białko ogółem [g]: 88,54 Tłuszcz[g]: 67,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 15,56 Węglowodany ogółem[g]: 329,98 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:26,12 Sód [g]: 2,49		Wartość energet. [kcal] 2225 Białko ogółem [g]:89,54 Tłuszcz[g]: 79,31 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 289,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:39,99 Sód [g]: 2,28		Wartość energet. [kcal]1988 Białko ogółem [g] 65,45 Tłuszcz[g] 45,12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 280,34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 1,93	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

11.09.2025-20.09.2025

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, 13 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	258	Płatki jęczmienne na mleku (*1*7) 350ml	258	Płatki jęczmienne na mleku (*1*7) 350ml	258	Polędwica drobiowa z majerankiem	28	Płatki jęczmienne na mleku (*1*7),	589	
	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	(+1+9+10+11) 30g Paszтет zapiekany z suszonymi pomidorami (*1*3*9+6) 60g	146	mleko w proszku (*7),		
	Twaróg plaster (*7) 30g	47	Twaróg plaster (*7) 30g	47	Twaróg plaster (*7) 30g	47	Rzodkiew plaster (*7) 30g	47	miód, bułka pszenna (*1)		
	Rzodkiew biała tarta 50g	7	Cukinia parzona 50g	7	Cukinia parzona 50g	7	Rzodkiew biała tarta 50g	7	450ml		
	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	Herbata 250ml		
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116			
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml				
II śniad	Arbuz 150g	45	Arbuz 150g	45	Arbuz 150g	45	Serek wiejski *7/150g	142	Jogurt owocowy *7/100g	90	
Obiad	Barszcz czerwony na wywarze mięsno-warzywnym z fasolą i ziemniakami (*7*9) 400ml	278	Barszcz czerwony na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml	245	Barszcz czerwony na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml	245	Barszcz po ukraińsku na wywarze mięsno-warzywnym z fasolą i ziemniakami (*7*9) 400ml	278	Barszcz czerwony (*7*9),	625	
	Łazanki z mięsem wieprzowym i kapustą (*1*3*9) 300g	452	Makaron pszenny gotowany (200g) z mięsem wieprzowo-drobiowym i	423	Makaron pszenny gotowany (200g) z mięsem wieprzowo-drobiowym i	423	Łazanki z kapustą i mięsem wieprzowym z makaronem	442	ziemniaki, mięso drobiowe, marchewka,		
	Jabłko 150g	75	warzywami (*1*3*7) 350g	110	warzywami (*1*3*7) 350g	110	pełnoziarnistym (*1*3*9) 300g	75	mleko w proszku (*7),	50	
	Kompot owocowy 250ml	50	Banan 1szt./150g	50	Banan 1szt./150g	50	Jabłko 150g		śmietana (*7) 450ml		
			Kompot owocowy 250ml		Kompot owocowy 250ml		Woda 500ml		Kompot owocowy 250ml		
Podw	Salatka ze świeżych warzyw z fetą i olejem rzepakowym (*7) 150g	76	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Salatka ze świeżych warzyw z fetą i olejem rzepakowym (*7) 150g	76	Mus owocowy 100%/100g	54	
Kolacja	Kielbasa krakowska parzona wieprzowa (+6+9+10) 50g	56	Kielbasa krakowska parzona wieprzowa (+6+9+10) 50g	56	Kielbasa krakowska parzona wieprzowa (+6+9+10) 50g	56	Kielbasa krakowska parzona wieprzowa (+6+9+10) 50g	56	Mięso wieprzowe,	511	
	Mozzarella plaster(*7)20g	52	Mozzarella plaster(*7)20g	52	Mozzarella plaster(*7)20g	52	Mozzarella plaster(*7)20g	52	jajko(*3),		
	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, pietruszka, oliwa,		
	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	masło (*7), kasza manna (*1) 450ml		
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata 250ml		
Nocny	Bułka razowa z mix roślinnym, polędwicą wieprzową, jajkiem,sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g	188	Bułka pszenna z mix roślinnym, polędwicą wieprzową,jajkiem sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	198	Bułka pszenna z mix roślinnym, polędwicą wieprzową, jajkiem sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	198	Bułka razowa z mix roślinnym, polędwicą wieprzową,jajkiem sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g	188			
	Sok owocowy 300ml	81	Sok owocowy 300ml	81	Sok owocowy 300ml	81	Papryka 100g	22			
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2481 Białko ogółem [g]: 93,34 Tłuszcz[g]: 78,54 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 345,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 41,09 Sód [g]: 2,33		Wartość energet. [kcal] 2482 Białko ogółem [g]: 89,98 Tłuszcz[g]: 73,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 352,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:30,12 Sód [g]: 2,12		Wartość energet. [kcal] 2482 Białko ogółem [g]: 89,98 Tłuszcz[g]: 73,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 352,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:30,12 Sód [g]: 2,12		Wartość energet. [kcal] 2249 Białko ogółem [g]: 93.08 Tłuszcz[g]: 72,65 w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,03 Węglowodany ogółem[g]: 291,12 w tym cukry[g]: 21,64 Błonnik[g]:45,99 Sód[g]: 2,22		Wartość energet. [kcal]2001 Białko ogółem [g] 72,45 Tłuszcz[g] 56,12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 304.11 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 1,99		

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

11.09.2025-20.09.2025

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, 14 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 Kiełbasa drobiowa pieczona(+9+10) 100g Musztarda (*9*10) 20g Papryka 50g Rukola 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	247 202 14 10 1 261 116	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Kiełbasa drobiowa pieczona(+9+10) 100g Kecsup (*9) 20g Pomidor 50g Rukola 5g Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	247 202 20 9 1 263 116	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Połędwica sopocka (*6+9+10) 50g Miód 15g Pomidor 50g Rukola 5g Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	247 62 40 9 1 263 116	Jajko gotowane 1szt./50g(*3) Kiełbasa drobiowa pieczona (+9+10) 100g Musztarda (*9*10) 20g Papryka 50g Rukola 5g Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	70 202 14 10 1 251 116	Płatki owsiane na mleku 350ml (*7+1), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml	602
II śniadanie	Ciasto drożdżowe(*1*3*7+6) 50g	126	Ciasto drożdżowe(*1*3*7+6) 50g	126	Ciasto drożdżowe(*1*3*7+6) 50g	126	Śliwki 100g Migdały (*8) 10g	55 62	Kefir (*7) 200ml	102
Obiad	Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z ryżem (*9) 400ml Udko drobiowe pieczone 150g Ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 70g Sałata z oliwą 50g Kompot owocowy 250ml	196 265 142 56 36 50	Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z ryżem (*9) 400ml Udko gotowane w sosie koperkowym 150g/30ml (*1*7) Ziemniaki 200g Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 70g Sałata z oliwą 50g Kompot owocowy 250ml	196 245 245 142 45 36 50	Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z ryżem (*9) 400ml Udko gotowane w sosie koperkowym 150g/30ml (*1*7) Ziemniaki 200g Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7)70g Sałata z oliwą 50g Kompot owocowy 250ml	196 245 142 45 36 50	Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z ryżem brązowym (*9) 400ml Udko drobiowe pieczone 150g Ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 70g Sałata z oliwą 50g Woda 500ml	194 265 142 56 36	Rosół (*9) ziemniaki, mięso drobiowe, bukiet warzyw, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot owocowy 250ml	625 50
Podwie	Śliwki 100g	55	Banan 120g	110	Banan 120g	110	Kefir *7/200ml	102	Mus owocowy 100%/100g	54
Kolacja	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorem (*7) 70g Szynka drobiowa z indyka 75% (*1+6+9) 20g Ogórek kiszony 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	89 19 6 261 116	Twarożek z koperkiem (*7) 70g Szynka drobiowa z indyka 75% (*1+6+9) 20g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	82 19 7 263 116	Twarożek z koperkiem (*7) 70g Szynka drobiowa z indyka 75% (*1+6+9) 20g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	82 19 7 263 116	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorem (*7) 70g Szynka drobiowa z indyka 75% (*1+6+9) 20g Ogórek kiszony 50g Chleb razowy (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	89 19 6 251 116	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	545
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, połędwicą wieprzową, serem żółtym sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Rzodkiew biała talarki 100g	177 22	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, połędwicą drobiową, twarożkiem sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Mus owocowy 100%/100g	194 54	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, połędwicą drobiową, twarożkiem,salaatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Mus owocowy 100%/100g	194 54	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, połędwicą wieprzową, serem żółtym sałatą i pomidorem(*1*6+9+10) 100g Rzodkiew biała talarki 100g	177 22		
WARTOŚCI ODŻWICZAJĄCE	Wartość energet. [kcal] 2470 Białko ogółem [g]: 92,26 Tłuszcz[g]: 81,04 w tym tłuszcze nasycone[g]: 30,03 Węglowodany ogółem[g]: 331,27 w tym cukry[g]: 57,64 Błonnik[g]: 34,72 Sód[g]: 2,35		Wartość energet. [kcal] 2388 Białko ogółem [g]: 84,23 Tłuszcz[g]: 68,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 332,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 30,12 Sód [g]: 2,55		Wartość energet. [kcal] 2388 Białko ogółem [g]: 84,23 Tłuszcz[g]: 68,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 332,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 30,12 Sód [g]: 2,55		Wartość energet. [kcal] 2323 Białko ogółem [g]: 101,89 Tłuszcz[g]: 82 65 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 300,82 w tym cukry[g]:47,23 Błonnik[g]: 46,09 Sód [g]:2,43		Wartość energet. [kcal]2037 Białko ogółem [g] 72,12 Tłuszcz[g]61.45 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 299.34 W tym cukry [g] 33,11 Błonnik[g] 22,45 Sód[g] 1,97	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

11.09.2025-20.09.2025

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, 15 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 Pasta jajeczna z koperkiem (*3) 70g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	255 102 40 9 1 261 116	Ryż na mleku (*7) 350ml Pasta jajeczna z koperkiem(*3) 70g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	255 102 40 9 1 263 116	Ryż na mleku (*7) 350ml Pasta z białek jaj z koperkiem (*3) 70g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	255 82 40 9 1 263 116	Szynka wieprzowa (*1+6+9) 30g Pasta jajeczna z koperkiem (*3) 70g Ser żółty (*7) 20g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb razowy (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	45 102 70 9 1 251 116	Ryż na mleku 350ml (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml	602
II śniadanie	Winogron 150g	85	Brzoskwinia(Nektarynka) 120g	55	Brzoskwinia(Nektarynka) 120g	55	Brzoskwinia (Nektarynka) 120g Orzechy włoskie (*8) 10g	55 65	Serek homogenizowany (*7) 150g	154
Obiad	Zupa grochowa na wywarze mięsno -warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Gulasz z szynki w sosie własnym (*1*7*9) 150g Kasza gryczana 200g Sałatka szwedzka z olejem rzepakowym 70g Cukinia parowana 50g Kompot wieloowocowy 250ml	289 268 242 28 14 50	Zupa jarzynowa na wywarze mięsno - warzywnym z ziemniakami (*1*7*9) 400ml Gulasz z szynki w sosie własnym (*1*7*9) 150g Kasza jęczmienna (*1) 200g Szpinak gotowany z masłem *7 70g Cukinia parowana 50g Kompot wieloowocowy 250ml	242 268 236 42 14 50	Zupa jarzynowa na wywarze mięsno - warzywnym z ziemniakami (*1*7*9) 400ml Gulasz z szynki w sosie własnym (*1*7*9) 150g Kasza jęczmienna (*1) 200g Szpinak gotowany z masłem *7 70g Cukinia parowana 50g Kompot wieloowocowy 250ml	242 268 236 42 14 50	Zupa grochowa na wywarze mięsno -warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Gulasz z szynki w sosie własnym (*1*7*9) 150g Kasza gryczana 200g Sałatka szwedzka z olejem rzepakowym 70g Cukinia parowana 50g Woda 500ml	289 268 242 28 14	Zupa jarzynowa (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe, szpinak, cukinia, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml	625 50
Podwie	Jogurt naturalny (*7) 100g	60	Jogurt naturalny (*7) 100g	60	Jogurt naturalny (*7) 100g	60	Jogurt naturalny (*7) 100g	60	Jogurt owocowy (*7) 100g	90
Kolacja	Pasta rybna z morszczukiem i koperkiem (*4*7) 70g Schab z kija (*1+6+9+10) 20g Ogórek 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	92 32 6 261 116	Pasta rybna z morszczukiem i koperkiem (*4*7) 70g Schab z kija (*1+6+9+10) 20g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	92 32 9 263 116	Pasta rybna z morszczukiem i koperkiem (*4*7) 70g Schab z kija (*1+6+9+10) 20g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	92 32 9 263 116	Pasta rybna z morszczukiem i koperkiem (*4*7) 70g Schab z kija (*1+6+9+10) 20g Ogórek 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	92 32 6 251 116	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	545
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, serem żółtym, jajkiem,salata i papryką (*7*1*6+9+10) 100g Banan 120g	198 110	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarella, jajkiem salata i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Banan 120g	202 110	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarella, jajkiem salata i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Banan 120g	202 110	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, serem żółtym, jajkiem, salata i papryką (*1*7*6+9+10) 100g Pomidor /100g	198 18		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2575 Białko ogółem [g]: 121,26 Tłuszcz[g]: 92,04 w tym tłuszcze nasycone[g]: 28,03 Węglowodany ogółem[g]: 341,27 w tym cukry[g]: 57,64 Błonnik[g]: 39,72 Sód[g]: 2,76		Wartość energet. [kcal]2545 Białko ogółem [g] 120,23 Tłuszcz[g] 73.12 w tym nasycone [g] 14,234 Węglowodany ogółem [g] 338,08 W tym cukry [g] 49,98 Błonnik[g] 27,24 Sód [g] 2,55		Wartość energet. [kcal]2545 Białko ogółem [g] 120,23 Tłuszcz[g] 73.12 w tym nasycone [g] 14,234 Węglowodany ogółem [g] 338,08 W tym cukry [g] 49,98 Błonnik[g] 27,24 Sód [g] 2,55		Wartość energet. [kcal] 2545 Białko ogółem [g]: 118,34 Tłuszcz[g]:82,59 w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,04 Węglowodany ogółem[g]: 316,67 w tym cukry[g]:37,34 Błonnik[g]:42,78 Sód [g]: 2,61		Wartość energet. [kcal]2101 Białko ogółem [g] 72,12 Tłuszcz[g] 59,98 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 283.12 W tym cukry [g] 33,02 Błonnik[g] 24,11 Sód [g] 2,12	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

11.09.2025-20.09.2025

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) lubin.

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

	Wtorek, 16 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	Kefir *7/200ml	102	Płatki owsiane na mleku (*7+1)	602	
	Ser żółty (*7) 50g	156	Pasta twarogowa z zieleniną (*7)70g	82	Pasta twarogowa z zieleniną (*7)70g	82	Pasta twarogowa z zieleniną (*7)60g	87	mleko w proszku (*7), miód, bułka pszen		
	Szynka		Szynka	19	Szynka	19	Szynka	19	pszena (*1) 450ml		
	drobiowa(*1+6+9+10)20g	10	drobiowa(*1+6+9+10)20g	9	drobiowa(*1+6+9+10)20g	9	drobiowa(*1+6+9+10)20g	10			
	Papryka 50g	1	Pomidor 50g	1	Pomidor 50g	1	Papryka 50g	1			
	Rukola 5g	261	Rukola 5g	1	Rukola 5g	1	Rukola 5g	251	Herbata 250ml		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g		Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g				
	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	Gruszka 150g	85	Arbuz 150g	65	Arbuz 150g	65	Gruszka 150g Pestki dyni (+8) 10g	85 58	Mus owocowy 100%/100g	54	
Obiad	Zupa z fasolką szparagową naa wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml	256	Zupa wiejska z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9)400ml	201	Zupa wiejska z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9)400ml	201	Zupa z fasolką szparagową na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml	256	Zupa wiejska (*7*9), ziemniaki, mięso drobiowe,	625	
	Pierogi mięsne z nadzieniem drobiowo-wieprzowym okraszone masłem (*1*3*7)6szt./250g		Pierogi mięsne z nadzieniem drobiowo-wieprzowym okraszone masłem (*1*3*7)6szt./250g	545	Pierogi mięsne z nadzieniem drobiowo-wieprzowym okraszone masłem (*1*3*7)6szt./250g	545	Potrawka z kurczaka z warzywami (*1*7) 150g	221	marchewka, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml		
	Marchew gotowana z masłem (*7)70g	545	Marchew gotowana z masłem (*7)70g	32	Marchew gotowana z masłem (*7)70g	32	Ryż brązowy 200g	247	Kompot owocowy 250ml	50	
	Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 70g	44	Kalafior gotowany 50g	16	Kalafior gotowany 50g	16	Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 70g	44			
	Kalafior gotowany 50g	16	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kalafior gotowany 50g	16			
	Kompot wieloowocowy 250ml	50					Woda 500ml				
Podwiecz	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g	142	
Kolacja	Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym i szynką wieprzową (*9) 200g	156	Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym i szynką wieprzową (*9) 200g	156	Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym i szynką wieprzową (*9) 200g	156	Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym i szynką wieprzową (*9) 200g	156	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew,	545	
	Rzodkiew biała tarta 50g	7	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Rzodkiew biała tarta 50g	7	pietruska, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	14	Chleb pszenny (*1)100g	14	Chleb razowy (*1)100g	251	Herbata 250ml		
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g	116			
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c250ml		Herbata b/c 250ml					
Nocny	Bułka razowa z mix roślinnym, połówką sopocką, jajkiem,sałatą i pomidorem (*7*1*6+9+10) 100g	188	Bułka pszenna z mix roślinnym, połówką sopocką, jajkiem, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	198	Bułka pszenna z mix roślinnym, połówką sopocką jajkiem,sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	198	Bułka razowa z mix roślinnym, połówką sopocką, jajkiem,sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	188			
	Papryka słupki 100g	21	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100g/100%	54	Papryka słupki 100g	21			
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2498 Białko ogółem [g]: 119,34 Tłuszcz[g]: 84,87 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 332,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 42,09 Sód [g]: 2,65		Wartość energet. [kcal] 2454 Białko ogółem [g]: 112,04 Tłuszcz[g]: 79,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 335,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:30,12 Sód [g]: 2,44		Wartość energet. [kcal] 2454 Białko ogółem [g]: 112,04 Tłuszcz[g]: 79,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 335,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:30,12 Sód [g]: 2,44		Wartość energet. [kcal] 2456 Białko ogółem [g]: 110,11 Tłuszcz[g]: 74,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 310,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:39,99 Sód [g]: 2,42		Wartość energet. [kcal]2036 Białko ogółem [g] 66,45 Tłuszcz[g] 55.12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 290.34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 1,52		

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

11.09.2025-20.09.2025

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) lubin.

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

Środa, 17 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	Jogurt naturalny *7/100g	60	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1),	602
	Chleb mieszany, ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	251	mleko w proszku (*7),	
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Jajko gotowane 1szt./50g (*3)	116	miód, bułka pszenna (*1)	
	Jajko gotowane 1szt./50g (*3)	70	Jajko gotowane 1szt./50g (*3)	70	Szynkowa drobiowa z majerankiem(*9*10+1)	62	Szynka wieprzowa pieczona (*9*10+1) 40g	70	450ml	
	Szynkowa drobiowa(*9*10+1) 40g	35	Szynkowa drobiowa(*9*10+1) 40g	35	60g	40	Pomidor 50g	42		
	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Miód 15g	9	Kiełki rzodkiewki 5g	9	Herbata 250ml	
	Kiełki rzodkiewki 5g	1	Salata 1 liść/ 5g	1	Pomidor 50g	1	Herbata bez cukru 250ml	1		
	Herbata b/c 250ml		Herbatab/c 250ml		Herbata b/c 250ml					
II śniadanie	Brzoskwinia (Nektarynka) 120g	55	Brzoskwinia (Nektarynka) 120g	55	Brzoskwinia (Nektarynka) 120g	55	Brzoskwinia (Nektarynka) 120g	55	Mus owocowy 100%/100g	54
							Pestki słonecznika (+8) 10g	54		
Obiad	Zupa pomidorowa na wtywarze mięsno-warzywnym z ryżem (*7*9) 400ml	256	Zupa pomidorowa na wtywarze mięsno-warzywnym z ryżem(*7*9) 400ml	256	Zupa pomidorowa na wtywarze mięsno-warzywnym z ryżem (*7*9) 400ml	256	Zupa pomidorowa na wtywarze mięsno-warzywnym z ryżem brązowym (*7*9) 400ml	247	Zupa pomidorowa (*7,*9), ziemniaki,	625
	Kotlet mielony wieprzowo-drobiowy pieczony (*1*3) 100g	262	Pulpet z mięsa drobiowo-wieprzowego w sosie koperkowym (*1*7*9) 100g/50ml	225	Pulpet z mięsa drobiowo-wieprzowego w sosie koperkowym (*1*7*9) 100g/50ml	225	Kotlet mielony wieprzowo-drobiowy pieczony (*1*3) 100g	262	bukiet warzyw, mięso drobiowe, mleko w	
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	proszku (*7), śmietana (*7)	50
	Mizeria z jogurtem naturalnym *7 70g	22	Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 70g	42	Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 70g	42	Mizeria z jogurtem naturalnym *7 70g	21	450ml	
	Cukinia gotowana 50g	14	Cukinia gotowana 50g	14	Cukinia gotowana 50g	14	Cukinia gotowana 50g	14	Kompot wieloowocowy 250ml	
	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Woda 500ml			
Podwieczor	Galaretka z owocami bez cukru 123g	100	Galaretka z owocami bez cukru 123g	100	Galaretka z owocami bez cukru 123g	100	Kefir (*7) 200ml	102	Kefir (*7) 200ml	102
Kolacja	Twarożek z koperkiem (*7) 70g	86	Twarożek z koperkiem (*7) 70g	86	Twarożek z koperkiem (*7) 70g	86	Twarożek z koperkiem (*7) 70g	86	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9),	545
	Dżem truskawkowy 25g	40	Dżem truskawkowy 25g	40	Dżem truskawkowy 25g	40	Szynka drobiowa (*6+7+9) 30g	29	marchew,	
	Papryka 50g	10	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Papryka 50g	10	pietruszka, oliwa,	
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g	251	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 szynką drobiową, mozzarellą, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	203	Kanapka tostowa pszenna z szynką drobiową ,mozzarellą, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	213	Kanapka tostowa pszenna z szynką, mozzarella, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	213	Kanapka tostowa razowa z szynką drobiową , mozzarellą, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	203		
	Banan 120g	110	Banan 120g	110	Banan 120g	110	Surówka z jabłka i marchewki z olejem rzepakowym 100g	52		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2420 Białko ogółem [g]: 109,76 Tłuszcz[g]: 84,34 w tym tłuszcze nasycone[g]: 30,23 Węglowodany ogółem[g]: 333,56 w tym cukry[g]: 58,23 Błonnik[g]: 36,03 Sód [g]: 2,42		Wartość energet. [kcal] 2411 Białko ogółem [g]: 107,02 Tłuszcz[g]: 71,97 w tym tłuszcze nasycone[g]: 25,11 Węglowodany ogółem[g]: 342,12 w tym cukry[g]: 58,45 Błonnik[g]: 25,03 Sód [g]: 2,31		Wartość energet. [kcal] 2401 Białko ogółem [g]: 100,12 Tłuszcz[g]: 68,11 w tym tłuszcze nasycone[g]: 25,11 Węglowodany ogółem[g]: 344,12 w tym cukry[g]: 58,45 Błonnik[g]: 25,03 Sód[g]: 2,27		Wartość energet. [kcal] 2425 Białko ogółem [g]: 102,23 Tłuszcz[g]: 70,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,03 Węglowodany ogółem[g]: 310,82 w tym cukry[g]:41,23 Błonnik[g]: 36,09 Sód [g]:2,12		Wartość energet. [kcal]1966 Białko ogółem [g] 69,45 Tłuszcz[g] 64.12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 291.34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 2,02	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

11.09.2025-20.09.2025

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, 18 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)	
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku (*7+1) 350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1) 350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1) 350ml	247	Jajko gotowane 1szt./50g*3	70	Płatki owsiane na mleku (*7),	
	Polędwica wieprzowa (+1+9+10+11) 50g	65	Polędwica wieprzowa (+1+9+10+11) 60g	65	Polędwica wieprzowa (+1+9+10+11) 60g	65	Polędwica wieprzowa (+1+9+10+11) 50g	65	mleko w proszku (*7),	
	Ser żółty(*7) 20g	70	Mozzarella plastry *7/20g	56	Mozzarella plastry *7/20g	56	Mozzarella plastry *7/20g	56	(*7), miód, bułka	
	Ogórek kiszony 50g	6	Cukinia parzona 50g	7	Cukinia parzona 50g	7	Ogórek kiszony 50g	6	pszenna (*1)	
	Rozszponka 5g	1	Rozszponka 5g	1	Rozszponka 5g	1	Rozszponka 5g	1	450ml	
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g	251		
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Herbata 250ml	
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml			
II śniadanie	Arbuz 150g	45	Arbuz 150g	45	Arbuz 150g	45	Gruszka 150g/1szt Pestki dyni (+8) 10g	85 58	Jogurt owocowy (*7) 100g	
Obiad	Zupa fasolowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml	285	Zupa brokułowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml	228	Zupa brokułowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml	228	Zupa fasolowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml	285	Zupa brokułowa (*7,*9),	
	Spaghetti po bolońsku z sosem drobiowo-wieprzowym z pomidorami i ziołami prowansalskimi (*1*9) 300g	431	Spaghetti po bolońsku z sosem drobiowo-wieprzowym z pomidorami i ziołami prowansalskimi (*1*9) 300g	431	Spaghetti po bolońsku z sosem drobiowo-wieprzowym z pomidorami i ziołami prowansalskimi (*1*9) 300g	431	Spaghetti z makaronem razowym po bolońsku z sosem drobiowo-wieprzowym z pomidorami i ziołami prowansalskimi (*1*9) 300g	490	ziemniaki, mięso wieprzowe,	
	Jabłko 150g	75	Banan 150g	110	Banan 150g	110	Brokuł gotowany 150g	55	brokuł gotowany, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml		Kompot wieloowocowy 250ml	
Podwie	Serek homogenizowany owocowy 150g (*7)	154	Serek homogenizowany owocowy 150g (*7)	154	Serek homogenizowany owocowy 150g (*7)	154	Jogurt naturalny (*7) 100g	60	Mus owocowy 100%/100g	
Kolacja	Szynkowa drobiowa(*9*10+1)50g	55	Szynkowa drobiowa(*9*10+1) 50g	55	Szynkowa drobiowa(*9*10+1) 50g	55	Szynkowa drobiowa(*9*10+1) 50g	55	Mięso wieprzowe, jajko(*3),	
	Miód 15g	40	Miód 15g	40	Miód 15g	40	Twaróg (*7) 30g	47	seler(*9),	
	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	marchew,	
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	251	pietruszka, oliwa,	
	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	masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		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.	143		
	Rzodkiew biała talarki 100g	22	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Rzodkiew biała talarki 100g	22		
WARTOŚCI	Wartość energet. [kcal] 2522 Białko ogółem [g]: 125,34 Tłuszcz[g]: 85,87 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 335,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 45,09 Sód[g]: 2,34		Wartość energet. [kcal] 2349 Białko ogółem [g]: 109,98 Tłuszcz[g]: 75,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 332,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:32,12 Sód[g]: 2,12		Wartość energet. [kcal] 2349 Białko ogółem [g]: 109,98 Tłuszcz[g]: 75,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 332,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:32,12 Sód[g]: 2,12		Wartość energet. [kcal] 2331 Białko ogółem [g]:109,63 Tłuszcz[g]: 78,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 316,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:40,99 Sód[g]: 2,32		Wartość energet. [kcal]2089 Białko ogółem [g] 77,45 Tłuszcz[g] 65,34 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 302.34 W tym cukry [g] 31,22 Błonnik[g] 24,45 Sód [g] 3,11	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

11.09.2025-20.09.2025

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) lubin.

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

	Piątek, 19 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	Twaróg plaster (*7) 30g	47	Płatki jaglane na mleku (*7),	602	
	Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 70g	112	Pasta jajeczna z koperkiem(*3) 70g	102	Pasta z białek jaj z koperkiem (*3) 70g	82	Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 70g	112	mleko w		
	Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g	40	Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g	40	Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g	40	Szynka z indyka 75%(*9*10) 20g	19	proszku (*7),		
	Papryka 50g	10	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Papryka 50g	10	miód, bułka		
	Rukola 5g	1	Rukola 5g	1	Rukola 5g	1	Rukola 5g	1	pszenna (*1)		
	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		
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		cukrem 250ml		
II śniadanie	Śliwki 100g	55	Brzoskwinia (Nektarynka) 120g	55	Brzoskwinia (Nektarynka) 120g	55	Śliwki 100g	55	Sok owocowy 300ml	81	
							Migdały (*8) 10g	65			
Obiad	Zupa ogórkowa na wywarze mięsno-warzywnym z ryżem (*7*9) 400ml	265	Zupa marchwianka wywarze mięsno-warzywnym z ryżem (*7*9) 400ml	221	Zupa marchwianka wywarze mięsno-warzywnym z ryżem (*7*9) 400ml	221	Zupa ogórkowa na wywarze mięsno-warzywnym z ryżem brązowym (*7*9) 400ml	254	Zupa marchwianka (*7,*9),	625	
	Kotlet rybny z morszczuka panierowany i smażony (*1*3*4) 100g	285	Pulpet rybny z morszczuka parowany w sosie z masłem i koperkiem (*4*7) 100g	235	Pulpet rybny z morszczuka parowany w sosie z masłem i koperkiem (*4*7) 100g	235	Pulpet rybny z morszczuka parowany w sosie z masłem i koperkiem (*4*7) 100g	235	ziemniaki,		
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g		Ziemniaki 200g		Ziemniaki 200g		mięso		
	Surówka z białej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 70g	56	Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 70g	142	Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7)70g	142	Surówka z białej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 70g	142	drobiowe,		
	Szpinak gotowany 50g	11	Szpinak gotowany 50g	35	Szpinak gotowany 50g	35	Szpinak gotowany 50g	56	bukiet warzyw,		
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	11	Kompot owocowy 250ml	11	Woda 500ml	11	mleko w		
				50		50			proszku (*7),	50	
									śmietana (*7)		
									450ml		
									Kompot		
									wielooowocowy 250ml		
Podwiecz.	Kefir (*7) 200ml	102	Kefir (*7) 200ml	102	Kefir (*7) 200ml	102	Kefir (*7) 200ml	102	Kefir (*7) 200ml	102	
Kolacja	Zapiekanka makaronowa z warzywami i kurczakiem (*1*9*7*3) 200g	178	Zapiekanka makaronowa z warzywami i kurczakiem (*1*9*7*3) 200g	178	Zapiekanka makaronowa z warzywami i kurczakiem (*1*9*7*3) 200g	178	Zapiekanka makaronowa z makaronem razowym z warzywami i kurczakiem (*1*9*7*3) 200g	167	Mięso wieprzowe,	545	
	Ogórek 50g	6	Cukinia parzona 50g	7	Cukinia parzona 50g	7	Ogórek 50g	6	jajko(*3),		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g	251	seler(*9),		
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g	116	marchew,		
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c250ml		Herbata b/c 250ml		pietruszka,		
									oliwa, masło		
									(*7), kasza		
									manna (*1)		
									450ml		
									Herbata 250ml		
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, mozzarellą , szynką wieprz., sałatą i papryka (*7*1*6+9+10) 100g	177	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, szynką wieprz.,sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	182	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, szynką wieprz ,sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	182	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, mozzarellą, szynką wieprz , sałatą i rzodkiewką (*1*7*6+9+10) 100g	177			
	Papryka 100g	22	Galarетка owocowa 123g	100	Galarетка owocowa 123g	100	Papryka 100g	22			
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2421 Białko ogółem [g]: 101,04 Tłuszcz[g]: 78,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 324,23 w tym cukry[g]: 46,245 Błonnik[g]:39,12 Sód[g]: 2,55		Wartość energet. [kcal] 2384 Białko ogółem [g]: 92,34 Tłuszcz[g]: 68,45 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,56 Węglowodany ogółem[g]: 331,34 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:32,35 Sód [g]: 2,42		Wartość energet. [kcal]2364 Białko ogółem [g]: 91,22 Tłuszcz[g]: 68,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 15,56 Węglowodany ogółem[g]: 330,98 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:30,12 Sód[g]: 2,39		Wartość energet. [kcal] 2255 Białko ogółem [g]:98,99 Tłuszcz[g]: 60,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 292,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:40,11 Sód [g]: 2,22		Wartość energet. [kcal]2004 Białko ogółem [g] 65,45 Tłuszcz[g] 45.12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 280.34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 2,02		

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

11.09.2025-20.09.2025

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) lubin.

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

Sobota, 20 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) 100ml	60	Płatki owsiane na mleku (*7+1) , mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	602
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	251		
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116		
	Szynka wieprzowa (+1+9+10) 60g	62	Szynka drobiowa (+9+10+11) 60g	62	Szynka drobiowa (+9+10+11) 60g	62	Szynka wieprzowa (+1+9+10) 60g	62		
	Mozzarella (*7) 20g		Mozzarella (*7) 20g		Mozzarella (*7) 20g		Mozzarella (*7) 20g			
	Pomidor 50g	56	Pomidor 50g	56	Pomidor 50g	56	Pomidor 50g	56	Herbata 250ml	
	Roszpodka 5g	9	Roszpodka 5g	9	Roszpodka 5g	9	Roszpodka 5g	9		
	Herbata b/c 250ml	1	Herbata b/c 250ml	1	Roszpodka 5g Herbata b/c 250ml	1	Herbata bez cukru 250ml	1		
II śniadanie	Winogron 150g	85	Mus owocowy 100%/100g	45	Mus owocowy 100%/100g	45	Pomarańcza 150g Pestki słonecznika (+8) 10g	112 54	Mus owocowy bez cukru 100%/100ml	54
Obiad	Zupa jarzynowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml	242	Zupa jarzynowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml	242	Zupa jarzynowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml	242	Zupa jarzynowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml	242	Zupa jarzynowa(*7,*9) , ziemniaki, Mięso drobiowe parowane, marchewka, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
	Sos szpinakowy z piersią kurczaka (*1*7*9) 150g	234	Sos szpinakowy z piersią kurczaka (*1*7*9) 150g	234	Sos szpinakowy z piersią kurczaka (*1*7*9) 150g	234	Sos szpinakowy z piersią kurczaka (*1*7*9) 150g	234		
	Makaron gotowany (*1) 200g	260	Makaron gotowany (*1) 200g	260	Makaron gotowany (*1) 200g	260	Makaron razowy gotowany (*1) 200g	247		
	Surówka z kapusty pekińskiej i papryki z olejem rzepakowym 70g	62	Marchewka gotowana z masłem (*7) 70g	35	Marchewka gotowana z masłem (*7) 70g	35	Surówka z kapusty pekińskiej i papryki z olejem rzepakowym 70g	62		
	Salata z oliwą 50g	32	Salata z oliwą 50g	32	Salata z oliwą 50g	32	Salata z oliwą 50g	32	Kompot wieloowocowy 250ml	50
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml			
Podw	Salatka warzywna z ciecierzycą i fetą z olejem rzepakowym (*7) 120g	78	Mus owocowy 100% owoców bez cukru 100g	54	Mus owocowy 100% owoców bez cukru 100g	54	Salatka warzywna z ciecierzycą i fetą z olejem rzepakowym (*7) 120g	78	Jogurt owocowy (*7) 100g	90
Kolacja	Pasta rybna z łososiem i twarogiem z koperkiem (*4*7) 70g	92	Pasta rybna z łososiem i twarogiem z koperkiem (*4*7) 70g	92	Pasta rybna z łososiem i twarogiem z koperkiem (*4*7) 70g	92	Pasta rybna z łososiem i twarogiem z koperkiem (*4*7) 70g	92	Mięso drobiowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	545
	Miód 15g	40	Miód 15g	40	Miód 15g	40	Schab z kija (*1+6+9+10) 20g	32		
	Rzodkiew biała tarta 50g	7	Cukinia parzona 50g	7	Cukinia parzona 50g	7	Rzodkiew biała tarta 50g	7		
	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		Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g		Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g		Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g			
	Herbata b/c 250ml	116	Herbata b/c 250ml	116	Herbata b/c 250ml	116	Herbata bez cukru 250ml	116	Herbata 250ml	
Nocny	Kanapka tostowa razowa z szynką drobiową, twarogiem, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	184	Kanapka tostowa pszenna z szynką drobiową, twarogiem, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	194	Kanapka tostowa pszenna z szynką, twarogiem, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	194	Kanapka tostowa razowa z szynką drobiową, twarogiem, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	184		
	Sok owocowy 300ml	81	Sok owocowy 300ml	81	Sok owocowy 300ml	81	Pomidor /100g	18		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2458 Białko ogółem [g]108,54 Tłuszcz[g] 87,123 w tym nasycone [g] 31,12 Węglowodany ogółem [g] 321,99 W tym cukry [g] 59,23 Błonnik[g] 44,65 Sód[g] 2,54		Wartość energet. [kcal] 2426 Białko ogółem [g]: 95,66 Tłuszcz[g]: 78,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 325,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 32,12 Sód [g]: 2,16		Wartość energet. [kcal]2426 Białko ogółem [g]: 95,66 Tłuszcz[g]: 78,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 325,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 32,12 Sód [g]: 2,16		Wartość energet. [kcal] 2301 Białko ogółem [g]: 100,63 Tłuszcz[g]: 80,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,03 Węglowodany ogółem[g]: 317,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:45,99 Sód [g]: 2,44		Wartość energet. [kcal]2021 Białko ogółem [g] 80,45 Tłuszcz[g] 58,54 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 299,63 W tym cukry [g] 39,12 Błonnik[g] 24,54 Sód [g] 1,78	