

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

1.10.2025-10.10.2025

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, 1 października 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	Polędwica drobiowa z majerankiem	25	Płatki owsiane na mleku (*7),	589	
	Paszтет zapiekany drobiowy (*1*3*9+7+6) 50g	156	Polędwica drobiowa z majerankiem (+1+9+10+11) 60g	52	Polędwica drobiowa z majerankiem (+1+9+10+11) 60g	52	(+1+9+10+11) 20g Paszтет zapiekany drobiowy (*1*3*9+6) 50g	156	mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml		
	Mozzarella plastry (*7) 30g	56	Mozzarella plastry (*7) 30g	56	Mozzarella plastry (*7) 30g	56	Mozzarella plastry (*7) 30g	56			
	Ogórek 50g		Pomidor 50g	7	Pomidor 50g	7	Ogórek 50g		Herbata 250ml		
	Rukola 5g		Rukola 5g	263	Rukola 5g	263	Rukola 5g	6			
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	6	Chleb pszenny (*1)100g		Chleb pszenny (*1)100g		Chleb razowy (*1)100g	1			
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	1	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	251			
	Herbata b/c 250ml	261	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml	116			
		116									
II śniadanie	Arbuz 150g	55	Arbuz 150g	55	Arbuz 150g	55	Brzoskwinia/ Nektarynka 120g	55	Sok owocowy 300ml	81	
							Pestki dyni (+8) 10g	58			
Obiad	Zupa z pieczarkowa na wywarze mięsno-warzywnym z makaronem (*1*7*9) 400ml	256	Zupa wiejska na wywarze mięsno-warzywnym z makaronem (*1*7*9) 400ml	223	Zupa wiejska na wywarze mięsno-warzywnym z makaronem (*1*7*9) 400ml	223	Zupa z pieczarkowa na wywarze mięsno-warzywnym z makaronem razowym (*1*7*9) 400ml	249	Zupa wiejska (*7*9) ziemniaki, mięso wieprzowe ,	625	
	Kotlet mielony wieprzowo-drobiowy panierowany i pieczony (*1*3) 100g	256	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 panierowany i pieczony (*1*3) 100g	256	mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml		
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Kompot	50	
	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g	45	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g	45	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g	45	Surówka z czerwonej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 70g	56	owocowy 250ml		
	Cukinia parzona 50g	17	Cukinia parzona 50g	17	Cukinia parzona 50g	17	Cukinia parzona 50g				
	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Woda 500ml	17			
Podwiek	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	154	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	154	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	154	Salatka ze świeżych warzyw z pestkami i serem feta (*7+8) 120g	76	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	154	
Kolacja	Twaróg z koperkiem (*7) 70g	89	Twaróg z koperkiem (*7) 70g	89	Twaróg z koperkiem (*7) 70g	89	Twaróg z koperkiem (*7) 70g	89	Mięso drobiowe, jajko(*3), seler(*9), marchew,	545	
	Polędwica sopocka wieprzowa (*6+9+10+11) 20g	45	Polędwica sopocka wieprzowa (*6+9+10+11) 20g	45	Polędwica sopocka wieprzowa (*6+9+10+11) 20g	45	Polędwica sopocka wieprzowa (*6+9+10+11) 20g	45	pietruszką, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml		
	Rzodkiew biała tarta 50g	7	Pomidor 50g	7	Pomidor 50g	7	Rzodkiew biała tarta 50g	7	Herbata 250ml		
	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	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, polędwicą sopocką, jajkiem, sałatą i papryką (*7*1*6+9+10) 100g	188	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, polędwicą sopocką, jajkiem, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	198	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, polędwicą sopocką, jajkiem, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	198	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, polędwicą sopocką, jajkiem, sałatą i papryką (*1*7*6+9+10) 100g	188			
	Pomidor 100g	22	Banan 120g	110	Banan 120g	110	Pomidor 100g	22			

WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2544 Białko ogółem [g]: 112,34 Tłuszcz[g]: 92,87 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 338,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 40,09 Sód [g]: 2,63	Wartość energet. [kcal] 2492 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]: 2,32	Wartość energet. [kcal] 2492 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]: 2,32	Wartość energet. [kcal] 2401 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- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

1.10.2025-10.10.2025

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, 2 października 2025										
	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal	
Śniadanie	Płatki jaglane na mleku (*7) 350ml	245	Płatki jaglane na mleku (*7) 350ml	245	Płatki jaglane na mleku (*7) 350ml	245	Mozzarella *7/20g Chleb razowy (*1) 100g	47 251	Płatki jaglane na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml	589	
	Chleb mieszany, ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	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 (*3)	92			
	Jajko gotowane (*3)	92	Jajko gotowane (*3)	92	Jajko gotowane (*3)	65	50g/1szt/ w sosie koperkowym (*7) 20g				
	50g/1szt/ w sosie koperkowym (*7) 20g	92	50g/1szt/ w sosie koperkowym (*7) 20g	92	50g/1szt/ w sosie koperkowym (*7) 20g	36	Kiełbasa krakowska chuda wieprzowa (+1+9+10) 40g	45 7 1			
	Kiełbasa krakowska chuda wieprzowa (+1+9+10) 40g	45	Kiełbasa krakowska chuda wieprzowa (+1+9+10) 40g	45	Kiełbasa krakowska chuda wieprzowa (+1+9+10) 40g	7	Pomidor 50g				
	Pomidor 50g	7	Pomidor 50g	7	Pomidor 50g	1	Rukola 5g				
	Rukola 5g	1	Rukola 5g	1	Rukola 5g	1	Rukola 5g				
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata bez cukru 250ml					
II śniadanie	Śliwki 100g	55	Banan 120g	110	Banan 120g	110	Śliwki 100g Pestki słonecznika (+8) 10g	55 54	Mus owocowy 100%/100g	54	
Obiad	Zupa jarzynowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml	242	Zupa jarzynowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml	242	Zupa jarzynowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml	242	Zupa jarzynowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml	242	Zupa jarzynowa (*7,*9), ziemniaki, mięso wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625	
	Pierogi z mięsem wieprzowo- drobiowym gotowane okraszone cebulką (*1*3+6+9+10) 6szt.250g	525	Pierogi z mięsem wieprzowo- drobiowym gotowane okraszone cebulką (*1*3+6+9+10) 6szt.250g	525	Pierogi z mięsem wieprzowo- drobiowym gotowane okraszone cebulką (*1*3+6+9+10) 6szt.250g	525	Pierś kurczaka pieczona w sosie warzywnym (*1*7*9) 100g/50ml	198	Kompot wielooowocowy 250ml	50	
	6szt.250g		6szt.250g		6szt.250g		Ryż brązowy 200g	256			
	Surówka z jabłka i marchewki z olejem rzepakowym 70g	52	Marchewka gotowana z masłem (*7) 70g	32	Marchew gotowana z masłem (*7) 70g	32	Surówka z jabłka i marchewki z olejem rzepakowym 70g	52			
	Kalafior gotowany 50g	18	Kalafior gotowany 50g	18	Kalafior gotowany 50g	18	Kalafior gotowany 50g	18			
Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml					
Podwiecz	Galaretka z owocami bez cukru 123g	100	Galaretka z owocami bez cukru 123g	100	Galaretka z owocami bez cukru 123g	100	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g	142	
Kolacja	Ser żółty (*7)50g	162	Szynka drobiowa (*1+6+7+9) 50g	52	Szynka drobiowa (*1+6+7+9) 50g	52	Ser żółty *7/50g	162	Mięso wieprzowe, 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	Szynka drobiowa (*1+6+7+9) 20g	21	Herbata 250ml		
	Ogórek kiszony 50g	6	Pomidor 50g	7	Pomidor 50g	7	Ogórek kiszony 50g	251			
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g	116			
	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				
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c250ml		Herbata b/c 250ml					
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, poledwicą drobiową, mozzarellą sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g	203	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwicą drobiową, mozzarellą sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	213	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwicą drobiową, mozzarellą sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	213	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, poledwicą drobiową, mozzarellą sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g	203			
	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Surówka z marchewki i jabłka ze słonecznikiem 100g	55			
Wartość energet. [kcal] 2508 Białko ogółem [g]: 112,34 Tłuszcz[g]: 89,87 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 329,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 33,09 Sód [g]: 2,56		Wartość energet. [kcal] 2427 Białko ogółem [g]: 97,98 Tłuszcz[g]: 76,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 338,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:26,12 Sód [g]: 2,39			Wartość energet. [kcal]2411 Białko ogółem [g]: 96,04 Tłuszcz[g]: 73,02 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 337,02 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:26,12 Sód [g]: 2,35			Wartość energet. [kcal] 2414 Białko ogółem [g]:95,63 Tłuszcz[g]: 71,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 284,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:31,99 Sód [g]: 2,34		Wartość energet. [kcal]2035 Białko ogółem [g] 73,34 Tłuszcz[g] 55,32 w tym nasycone [g] 22,23 Węglowodany ogółem [g] 302.34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 2,05	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

1.10.2025-10.10.2025

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, 3 października 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 jagłana na mleku (*7)350ml	245	Kasza jagłana na mleku (*7)350ml	245	Kasza jagłana na mleku (*7)350ml	245	Jogurt naturalny *7/100ml	60	Kasza jagłana na mleku (*7),	589	
	Pasta twarogowa z pomidorami (*7) 70g	92	Pasta twarogowa z pomidorami (*7) 70g	92	Pasta twarogowa z pomidorami (*7) 70g	92	Pasta twarogowa z pomidorami (*7) 70g	112	mleko w		
	Półdewica rubinowa wieprzowa 20g(+1+9+10)	35	Półdewica rubinowa wieprzowa 20g(+1+9+10)	35	Półdewica rubinowa wieprzowa 20g(+1+9+10)	35	Półdewica rubinowa wieprzowa 20g(+1+9+10)	35	proszku (*7),		
	Papryka 50g	10	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Papryka 50g	10	miód, bułka		
	Roszonka 5g	1	Roszonka 5g	1	Roszonka 5g	1	Roszonka 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 śniad	Gruszka 160g	85	Mus owocowy 100%/100g	45	Mus owocowy 100%/100g	45	Gruszka 160g Migdały (*8) 10g	85 62	Sok owocowy 300ml	82	
Obiad	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno-warzywnym z zacierką (*1*7*9) 400ml	245	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno-warzywnym z zacierką (*1*7*9)400ml	245	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno-warzywnym z zacierką (*1*7*9)400ml	245	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno-warzywnym z makaronem razowym (*1*7*9) 400ml	237	Zupa szpinakowa (*1*7*9) ,	625	
	Ryba morszczuk panierowana i smażona z sosem po grecku (*1,*4,*3) 100g/50g	256	Ryba morszczuk parowany z koperkiem i masłem z sosem po grecku (*1,*4*3) 100g/50g	245	Ryba morszczuk parowany z koperkiem parowany i masłem z sosem po grecku (*1,*4,*3) 100g/50g	245	Ryba morszczuk parowana z koperkiem i masłem z sosem po grecku. (*1,*4,*3) 100g/50g	245	ziemniaki, ryba na parze (*4),		
	Surówka z kapusty kiszzonej i marchewki z olejem rzepakowym 70g	48	Bukiet warzyw z masłem (*7) 70g	35	Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 70g	35	Surówka z kapusty kiszzonej i marchewki z olejem rzepakowym 100g	48	szpinak, mleko w proszku (*7),		
	Mizeria z sałaty *7 50g	21	Mizeria z sałaty *7 50g	21	Mizeria z sałaty *7 50g	21	Mizeria z sałaty *7 50g	21	śmietana (*7) 450ml		
	Ziemniaki gotowane 200g	142	Ziemniaki gotowane 200g	142	Ziemniaki gotowane 200g	142	Ziemniaki gotowane 200g	142	Kompot	50	
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml	142	owocowy 250ml		
Podwie	Kefir naturalny (*7) 200g	102	Kefir naturalny (*7) 200g	102	Kefir naturalny (*7) 200g	102	Kefir naturalny (*7) 200g	102	Kefir naturalny (*7) 200g	102	
Kolacja	Risotto z kurczakiem i warzywami na ciepło (*9) 200g	176	Risotto z kurczakiem i warzywami na ciepło (*9) 200g	176	Risotto z kurczakiem i warzywami na ciepło (*9) 200g	176	Risotto z ryżu brązowego z kurczakiem i warzywami na ciepło (*9) 200g	187	Mięso wieprzowe,	545	
	Ogórek 50g	4	Cukinia parzona 50g	7	Cukinia parzona 50g	7	Ogórek 50g	4	jajko(*3),		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	251	seler(*9),		
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	marchew,		
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		pietruszką, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml		
Nocny	Bułka razowa z mix roślinnym, mozzarellą ,połdewica wieprzowa sałatą i pomidorem (*7*1*6+9+10) 100g	188	Bułka pszenna z mix roślinnym, mozzarellą ,połdewica wieprzowa,salaatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	176	Bułka pszenna z mix roślinnym, mozzarellą ,połdewica wieprzowa,salaatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	176	Bułka razowa z mix roślinnym, mozzarellą ,połdewicą wieprzową sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	188			
	Sok owocowy 300ml	82	Sok owocowy 300ml	99	Sok owocowy 300ml	82	Pomidor 100g	18			
WARTOŚCI ODŻYWCZE		Wartość energet. [kcal] 2565 Białko ogółem [g]: 110,04 Tłuszcz[g]: 88,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 345,23 w tym cukry[g]: 46,245 Błonnik[g]:31,12 Sód [g]: 2,38		Wartość energet. [kcal] 2482 Białko ogółem [g]: 92,44 Tłuszcz[g]: 70,45 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,56 Węglowodany ogółem[g]: 330,34 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:23,35 Sód [g]: 2,47		Wartość energet. [kcal]2462 Białko ogółem [g]: 88,22 Tłuszcz[g]: 67,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 15,56 Węglowodany ogółem[g]: 329,98 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:26,12 Sód [g]: 2,45		Wartość energet. [kcal] 2305 Białko ogółem [g]:92,54 Tłuszcz[g]: 79,31 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 289,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:39,99 Sód [g]: 2,32		Wartość energet. [kcal]1988 Białko ogółem [g] 65,45 Tłuszcz[g] 45.12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 280.34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 1,93	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

1.10.2025-10.10.2025

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, 4 października 2025									
	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Pasta jajeczna z koperkiem (*4) 80g Dżem truskawkowy 25g Ogórek kiszony 50g Kiełki rzodkiewki 5g Herbata b/c 250ml	247 261 116 116 102 40 6 1	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Pasta jajeczna z koperkiem (*4) 80g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Sałata 1liść/5g Herbata b/c 250ml	247 263 116 102 40 7 1	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Pasta jajeczna z białek jaj z koperkiem (*4) 80g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Sałata 1 liść /5g Herbata b/c 250ml	247 263 116 68 40 7 1	Polędwica sopocka (*6+9+10+11) 30g Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Pasta jajeczna z koperkiem (*4) 80g Mozzarella *7/30g Ogórek kiszony 50g Kiełki rzodkiewki 5g Herbata bez cukru 250ml	42 251 116 102 56 6 1	Płatki owsiane na mleku (*7+1) , mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml	589
II śniad	Mus owocowy 100%/ .100g	45	Arbuz 150g	55	Arbuz 150g	55	Jabłko 150g Pestki dyni (*8) 120g	75 56	Mus owocowy 100% bez cukru /100g	54
Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9)400ml Gulasz drobiowy z warzywami (*1*9) 150g Kasza jęczmienna *1 200g Sałatka szwedzka z olejem rzepakowym 70g Szpinak gotowany 50g Kompot owocowy 250ml	282 221 218 28 18 50	Zupa z cukinii na wywarze warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Gulasz drobiowy z warzywami (*1*9) 150g Kasza jęczmienna *1 200g Marchewka gotowana 70g Szpinak gotowany 50g Kompot owocowy 250ml	242 221 218 25 18 50	Zupa z cukinii na wywarze warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Gulasz drobiowy z warzywami (*1*9) 150g Kasza jęczmienna *1 200g Marchewka gotowana 70g Szpinak gotowany 50g Kompot owocowy 250ml	242 221 218 25 18 50	Zupa grochowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9)400ml Gulasz drobiowy z warzywami (*1*9) 150g Kasza gryczana 200g Sałatka szwedzka z olejem rzepakowym 70g Szpinak gotowany 50g Woda 500ml	282 221 242 28 18	Zupa z cukinii(*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowo-wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml	625 50
Podw	Jogurt owocowy (*7) 100g	90	Jogurt owocowy (*7) 100g	90	Jogurt owocowy (*7) 100g	90	Jogurt naturalny (*7) 100g	60	Jogurt owocowy (*7) 100g	90
Kolacja	Pasta rybno- twarogowa z łososiem i koperkiem (*4*7) 70g Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 20g Pomidor 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	89 32 9 261 116	Pasta rybno- twarogowa z łososiem i koperkiem (*4*7) 70g Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 20g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	89 32 9 263 116	Pasta rybno- twarogowa z łososiem i koperkiem (*4*7) 70g Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 20g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	89 32 9 263 116	Pasta rybno- twarogowa z łososiem i koperkiem (*4*7) 70g Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 20g Pomidor 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	89 32 9 251 116	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	545
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, poledwicą wieprzową, jajkiem,sałatą i papryką (*1*6+9+10) 100g Brzoskwinia/ Nektarynka 100g	188 45	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwicą wieprzową,jajkiem sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Brzoskwinia / Nektarynka100g	198 45	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwicą wieprzową, jajkiem sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Brzoskwinia/ Nektarynka 100g	198 45	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, poledwicą wieprzową,jajkiem sałatą i papryką (*1*6+9+10) 100g Rzodkiew biała talarki 100g	188 18		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2567 Białko ogółem [g]: 114,34 Tłuszcz[g]: 94,54 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 335,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 41,09 Sód [g]: 2,52		Wartość energet. [kcal] 2515 Białko ogółem [g]: 109,98 Tłuszcz[g]: 73,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 352,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:30,12 Sód [g]: 2,43		Wartość energet. [kcal] 2515 Białko ogółem [g]: 109,98 Tłuszcz[g]: 73,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 352,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:30,12 Sód [g]: 2,43		Wartość energet. [kcal] 2378 Białko ogółem [g]:104,98 Tłuszcz[g]: 92,65 w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,03 Węglowodany ogółem[g]: 291,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:45,99 Sód[g]: 2,46		Wartość energet. [kcal]2001 Białko ogółem [g] 72,45 Tłuszcz[g] 56,12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 304.11 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 2,99	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

1.10.2025-10.10.2025

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, 5 października 2025

	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku (*7+1) 400ml Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Kiełbasa drobiowa na ciepło (*1*6+7+9+10) 100g Musztarda (*10) 20g Papryka 50g Kiełki rzodkiewki 5g Herbata b/c 250ml	256 261 116 196 18 10 1	Płatki jęczmienne na mleku (*7+1) 400ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Kiełbasa drobiowa na ciepło (*1*6+7+9+10) 100g Kecup (*10) 20g Pomidor 50g Liść sałaty 5g Herbata b/c 250ml	256 263 116 196 20 9 1	Płatki jęczmienne na mleku (*7+1) 400ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Szynka z indyka 75%/50g Miód 15g Pomidor 50g Liść sałaty 5g Herbata b/c 250ml	256 263 116 54 40 9 1	Jajko gotowane (*3) 50g/1szt Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Kiełbasa drobiowa na ciepło (*1*6*7*9*10) 100g Musztarda (*10) 20g Papryka 50g Kiełki rzodkiewki 5g Herbata bez cukru 250ml	70 251 116 196 18 10 1	Płatki jęczmienne na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml	589
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	Pomarańcza 150g Migdały (+8) 10g	112 62	Sok owocowy 300ml	82
Obiad	Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem (*1*9) 400ml Kotlet schabowy panierowany i smażony (*1*3) 100g Ziemniaki 200g Surówka z białej kapusty i marchwi z olejem rzepakowym 70g Sałata z oliwą 50g Kompot owocowy 250ml	186 311 142 62 23 50	Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem (*1*9) 400ml Schab wieprzowy pieczony z ziołami i przyprawami w sosie własnym (*9*7) 100g/50ml Ziemniaki 200g Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 70g Sałata z oliwą 50g Kompot owocowy 250ml	186 268 142 35 23 50	Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem (*1*9) 400ml Schab wieprzowy pieczony z ziołami i przyprawami w sosie własnym (*9*7) 100g/50ml Ziemniaki 200g Bukiet z warzyw gotowany z masłem (*7) 70g Sałata z oliwą 50g Kompot owocowy 250ml	186 268 142 35 23 50	Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z ryżem brązowym (*9) 400ml Schab wieprzowy pieczony z ziołami i przyprawami w sosie własnym (*9*7) 100g/50ml Ziemniaki 200g Surówka z białej kapusty i marchwi z olejem rzepakowym 70g Sałata z oliwą 50g Woda 500ml	184 268 142 62 23	Rosół (*9) ziemniaki, mięso drobiowe , mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot owocowy 250ml	625 50
Podwie	Winogron 150g	65	Banan 120g	110	Banan 120g	110	Sałatką ze świeżych warzyw z fetą i olejem rzepakowym (*7) 150g	76	Jogurt naturalny *7/100g	60
Kolacja	Polędwica wiśniowa wieprzowa (*6+9+10+11) 40g Twarożek z koperkiem (*7) 50g Ogórek kiszony 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	56 66 6 261 116	Polędwica wiśniowa wieprzowa (*6+9+10+11) 40g Twarożek z koperkiem (*7) 50g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	56 66 7 263 116	Polędwica wiśniowa wieprzowa (*6+9+10+11) 40g Twarożek z koperkiem (*7) 50g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	56 66 7 263 116	Polędwica wiśniowa wieprzowa (*6+9+10+11) 40g Twarożek z koperkiem (*7) 50g Ogórek kiszony 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	56 66 6 251 116	Mięso drobiowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	511
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, polędwicą wieprzową, serem żółtym sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g Mus owocowy 100%/100g	179 54	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, polędwicą drobiową, twarożkiem sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Mus owocowy 100%/100g	194 54	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, polędwicą drobiową, twarożkiem,salatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Mus owocowy 100%.100g	194 54	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, polędwicą wieprzową, serem żółtym sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g Pomidor 1szt..100g	179 18		
WARTOŚCI ODŻWICZAJĄCE	Wartość energet. [kcal] 2570 Białko ogółem [g]: 116,26 Tłuszcz[g]: 98,04 w tym tłuszcze nasycone[g]: 30,03 Węglowodany ogółem[g]: 331,27 w tym cukry[g]: 57,64 Błonnik[g]: 38,72 Sód[g]: 2,42		Wartość energet. [kcal] 2530 Białko ogółem [g]: 105,66 Tłuszcz[g]: 87,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 332,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 30,12 Sód [g]: 2,33		Wartość energet. [kcal] 2408 Białko ogółem [g]: 102,66 Tłuszcz[g]: 85,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 332,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 30,12 Sód [g]: 2,33		Wartość energet. [kcal] 2420 Białko ogółem [g]: 107,89 Tłuszcz[g]: 90,65 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 300,82 w tym cukry[g]:47,23 Błonnik[g]: 46,09 Sód [g]:2,42		Wartość energet. [kcal]2037 Białko ogółem [g] 72,12 Tłuszcz[g]61.45 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 299.34 W tym cukry [g] 33,11 Błonnik[g] 22,45 Sód[g] 2,7	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

1.10.2025-10.10.2025

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, 6 października 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	Jogurt naturalny (*7) 100ml	60	Płatki jaglane na mleku 350ml	602
	Polędwica sopocka *6+7+8+9+10 40g	48	Polędwica sopocka *6+7+8+9+10 40g	48	Polędwica sopocka *6+7+8+9+10 40g	48	Polędwica sopocka *6+7+8+9+10 40g	48	(*7+1), mleko w	
	Jajko gotowane (*3) 1szt./50g	70	Jajko gotowane (*3) 1szt./50g	70	Miód 15g	40	Jajko gotowane (*3) 1szt./50g	70	proszku (*7),	
	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	miód, bułka	
	Rozszponka 5g	1	Rozszponka 5g	1	Rozszponka 5g	1	Rozszponka 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 250ml	
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml				
II śniadanie	Brzoskwinia/ Nektarynka 120g	55	Brzoskwinia/ Nektarynka 120g	55	Brzoskwinia/ Nektarynka 120g	55	Brzoskwinia/ Nektarynka 120g	55	Serek wiejski (*7) 150g	142
							Pestki słonecznika (+8) 10g	52		
Obiad	Zupa fasolowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml	302	Zupa wiejska na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml	221	Zupa wiejska na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml	221	Zupa fasolowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml	302	Zupa wiejska (*7*9) ziemniaki, mięso	625
	Spaghetti po bolońsku z sosem pomidorowym z mięsem wieprzowo-drobiowym 350g(*1*3*7)	502	Spaghetti po bolońsku z sosem pomidorowym z mięsem wieprzowo-drobiowym 350g(*1*3*7)	502	Spaghetti po bolońsku z sosem pomidorowym z mięsem wieprzowo-drobiowym 350g(*1*3*7)	502	Spaghetti po bolońsku z sosem pomidorowym z mięsem wieprzowo-drobiowym z makaronem pełnoziarnistym 350g(*1*3*7)	490	wieprzowe , mleko w proszku (*7), śmietana (*7)	
	Jabłko 1szt./150g	75	Banan 1szt./150g	110	Banan 1szt./150g	110	Surówka z rzodkwi i marchewki z olejem rzepakowym 100g	56	450ml	50
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml		Kompot owocowy 250ml	
Podwie	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g	142	Mus owocowy 100%/100g	54
Kolacja	Mozzarella plastry (*7) 40g	67	Mozzarella plastry (*7)40g	67	Mozzarella plastry (*7) 40g	67	Mozzarella plastry (*7) 40g	67	Mięso wieprzowe, jajko(*3),	545
	Polędwica drobiowa (*6+9+10+11) 40g	45	Polędwica drobiowa (*6+9+10+11) 40g	45	Polędwica drobiowa (*6+9+10+11) 40g	45	Polędwica drobiowa (*6+9+10+11) 40g	45	seler(*9), marchew,	
	Rzodkiew biała tarta 50g	7	Cukinia parzona 50g	9	Cukinia parzona 50g	9	Rzodkiew biała tarta 50g	7	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	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 bez cukru 250ml		Herbata 250ml		
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, serem żółtym, jajkiem,sałatą i ogórkiem (*7*1*6+9+10) 100g	198	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarella, jajkiem sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	202	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarella, jajkiem sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	202	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, serem żółtym, jajkiem, sałatą i ogórkiem (*1*7*6+9+10) 100g	198		
	Sok owocowy 300ml	82	Sok owocowy 300ml	82	Sok owocowy 300ml	82	Surówka z marchewki z olejem rzepakowym i pestkami słonecznika 100g	55		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2615 Białko ogółem [g]: 119,26 Tłuszcz[g]: 92,04 w tym tłuszcze nasycone[g]: 28,03 Węglowodany ogółem[g]: 341,27 w tym cukry[g]: 57,64 Błonnik[g]: 39,72 Sód[g]: 2,43		Wartość energet. [kcal]2558 Białko ogółem [g] 110,23 Tłuszcz[g] 78.12 w tym nasycone [g] 14,234 Węglowodany ogółem [g] 338,08 W tym cukry [g] 49,98 Błonnik[g] 27,24 Sód [g] 2,41		Wartość energet. [kcal]2538 Białko ogółem [g] 109,23 Tłuszcz[g] 73.12 w tym nasycone [g] 14,234 Węglowodany ogółem [g] 338,08 W tym cukry [g] 49,98 Błonnik[g] 27,24 Sód [g] 2,41		Wartość energet. [kcal] 2602 Białko ogółem [g]: 115,34 Tłuszcz[g]:82,59 w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,04 Węglowodany ogółem[g]: 316,67 w tym cukry[g]:37,34 Błonnik[g]:42,78 Sód [g]: 2,61		Wartość energet. [kcal]2101 Białko ogółem [g] 72,12 Tłuszcz[g] 59,98 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 283.12 W tym cukry [g] 33,02 Błonnik[g] 24,11, Sód 3,12g	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

1.10.2025-10.10.2025

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, 7 października 2025										
	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml	247	Kefir (*7) 200ml	102	Płatki owsiane na mleku (*7+1)	602
	Ser żółty (*7) 50g	147	Pasta twarogowa z zieleciną (*7)60g	82	Pasta twarogowa z zieleciną (*7)60g	82	Pasta twarogowa z zieleciną (*7)60g	82	mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	
	Szynka drobiowa(*1+6+9+10)20g/ 1 plaster	19	Szynka drobiowa(*1+6+9+10)20g/ 1 plaster	19	Szynka drobiowa(*1+6+9+10)20g/ 1 plaster	19	Szynka drobiowa(*1+6+9+10)20g / 1 plaster	19		
	Ogórek 50g	6	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Ogórek 50g	6	Herbata 250ml	
	Rukola 5g	1	Rukola 5g	1	Rukola 5g	1	Rukola 5g	1		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	1	Chleb pszenny (*1)100g	1	Chleb razowy (*1)100g	1		
Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	263	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	263	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	251			
Herbata b/c 250ml			Herbata b/c 250ml	116	Herbata b/c 250ml	116	Herbata b/c 250ml	116		
II śniadanie	Winogron 150g	85	Banan 150g	110	Banan 150g	110	Pomarańcza 150g Orzechy włoskie (*8) 10g	112 65	Sok owocowy 300ml	82
Obiad	Zupa brokułowa z lanym ciastem na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml	246	Zupa brokułowa z lanym ciastem na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml	246	Zupa brokułowa z lanym ciastem na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml	246	Zupa brokułowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml	232	Zupa brokułowa (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
	Potrawka z kurczaka z natką pietruszki i warzywami (*1*7*9) 150g	201	Potrawka z kurczaka z natką pietruszki i warzywami (*1*7*9) 150g	201	Potrawka z kurczaka z natką pietruszki i warzywami (*1*7*9) 150g	201	Potrawka z kurczaka z natką pietruszki i warzywami (*1*7*9) 150g	201	w proszku (*7),	
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	śmietana (*7) 450ml	
	Sałatka szwedzka z olejem rzepakowym 70g	47	Marchewka gotowana z masłem (*7)70g	32	Marchewka gotowana z masłem (*7)70g	32	Sałatka szwedzka z olejem rzepakowym 70g	47	Kompot wieloowocowy 250ml	50
	Szpinak gotowany z masłem *7 50g	22	Szpinak gotowany z masłem *7 50g	22	Szpinak gotowany z masłem *7 50g	22	Szpinak gotowany z masłem *7 50g	47		
	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Woda 500ml	22		
Poodwiecz	Serek homogenizowany owocowy (*7)150g	154	Serek homogenizowany owocowy (*7)150g	154	Serek homogenizowany owocowy (*7)150g	154	Jogurt naturalny (*7) 100g	60	Serek homogenizowany owocowy (*7)150g	154
Kolacja	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	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g	251		
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g	116		
Herbata b/c 250ml							Herbata b/c 250ml			
Nocny	Bułka razowa z mix roślinnym, poledwica sopocką, jajkiem,salata i ogórkiem kiszonym (*7*1*6+9+10) 100g	188	Bułka pszenna z mix roślinnym, poledwica sopocką, jajkiem, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	198	Bułka pszenna z mix roślinnym, poledwica sopocką jajkiem,salata i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	198	Bułka razowa z mix roślinnym, poledwica sopocką, jajkiem,salata i ogórkiem kiszonym(*1*7*6+9+10) 100g	188		
	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Pomidor 100g	22		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2575 Białko ogółem [g]: 113,34 Tłuszcz[g]: 84,87 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 332,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 42,09 Sód [g]: 2,63		Wartość energet. [kcal] 2354 Białko ogółem [g]: 107,04 Tłuszcz[g]: 79,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 335,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:30,12 Sód [g]: 2,54		Wartość energet. [kcal] 2354 Białko ogółem [g]: 107,04 Tłuszcz[g]: 79,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 335,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:30,12 Sód [g]: 2,54		Wartość energet. [kcal] 2399 Białko ogółem [g]: 110,11 Tłuszcz[g]: 74,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 310,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:39,99 Sód [g]: 2,65		Wartość energet. [kcal]2036 Białko ogółem [g] 66,45 Tłuszcz[g] 55.12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 290.34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 2,52	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

1.10.2025-10.10.2025

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, 8 października 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 Chleb mieszany, ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 70g Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 30g Ogórek kiszony 50g Kiełki rzodkiewki 5g Herbata b/c 250ml	256 261 116 112 35 6 1	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1) 350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Pasta jajeczna z koperkiem(*3) 70g Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 30g Pomidor 50g Sałata 1 liść/ 5g Herbata b/c 250ml	256 263 116 102 35 9 1	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1) 350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 30g Pasta z białek jaj z koperkiem (*3) 70g Pomidor 50g Sałata 1 liść/ 5g Herbata b/c 250ml	256 263 116 35 82 9 1	Mozzarella *7/20g Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 70g Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 30g Ogórek kiszony 50g Kiełki rzodkiewki 5g Herbata bez cukru 250ml	46 251 116 112 35 6 1	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml	602
II śniadanie	Arbuz 150g	55	Arbuz 150g	55	Arbuz 150g	55	Brzoskwinia/ Nektarynka 120g Pestki słonecznika (+8) 10g	55 54	Mus owocowy 100%/100g	54
Obiad	Barszcz czerwony z fasolą i ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml Klops drobiowo-wieprzowy pieczony w sosie pieczeniowym (*1*3*9) 100g/50ml Kasza gryczana 200g Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem *7 70g Kalafior gotowany 50g Kompot wieloowocowy 250ml	262 256 242 28 17 50	Barszcz czerwony z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9)400ml Klops drobiowo-wieprzowy pieczony w sosie pieczeniowym (*1*3*9) 100g/50ml Kasza jęczmienna *1 200g Cukinia gotowana z masłem 70g Kalafior gotowany 50g Kompot wieloowocowy 250ml	245 256 218 23 17 50	Barszcz czerwony z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9)400ml Klops drobiowo-wieprzowy pieczony w sosie pieczeniowym (*1*3*9) 100g/50ml Kasza jęczmienna *1 200g Cukinia gotowana z masłem *7 70g Kalafior gotowany 50g Kompot wieloowocowy 250ml	245 256 218 23 17 50	Barszcz czerwony z fasolą i ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml Klops drobiowo-wieprzowy pieczony w sosie pieczeniowym (*1*3*9) 100g/50ml Kasza gryczana 200g Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem *7 70g Kalafior gotowany 50g Woda 500ml	262 256 242 28 17	Barszcz czerwony (*7*9) ziemniaki, mięso wieprzowe , mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot owocowy 250ml	625 50
Podwieczor	Galaretka owocowa bez cukru 123g	100	Galaretka owocowa bez cukru 123g	100	Galaretka owocowa bez cukru 123g	100	Kefir naturalny (*7) 200ml	102	Kefir naturalny (*7) 200ml	102
Kolacja	Sałatka śledziowa z cebulką, burakiem z olejem rzepakowym 130g Papryka 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83% (*7) 20g Herbata b/c 250ml	156 10 261 116	Pasta z tuńczyka i twarogu z koperkiem (*4*7) 70g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83% (*7) 20g Herbata b/c 250ml	92 40 7 263 116	Pasta z tuńczyka i twarogu z koperkiem (*4*7) 70g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	92 40 7 263 116	Pasta z tuńczyka i twarogu z koperkiem (*4*7) 70g Polędwica sopocka wieprzowa (*6+7+9)20g Papryka 50g Chleb razowy (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	92 25 10 251 116	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	545
Nocny	Kanapka tostowa razowa z szynką drobiową, mozzarellą, sałatą, ogórkiem i masłem roślinnym (*1*7+6+9+10) 1szt. Brzoskwinia/ Nektarynka 120g	203 55	Kanapka tostowa pszenna z szynką drobiową ,mozzarellą, sałatą, pomidorem i masłem roślinnym (*1*7+6+9+10) 1szt. Brzoskwinia/ Nektarynka 120g	213 55	Kanapka tostowa pszenna z szynką drobiową, mozzarella, sałatą, pomidorem i masłem roślinnym (*1*7+6+9+10) 1szt. Brzoskwinia/ Nektarynka 120g	213 55	Kanapka tostowa razowa z szynką drobiową, mozzarellą, sałatą, ogórkiem i masłem roślinnym (*1*7+6+9+10) 1szt. Rzodkiew talarki 100g	203 17		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2466 Białko ogółem [g]: 109,76 Tłuszcz[g]: 84,34 w tym tłuszcze nasycone[g]: 30,23 Węglowodany ogółem[g]: 333,56 w tym cukry[g]: 58,23 Błonnik[g]: 36,03 Sód [g]: 2,224		Wartość energet. [kcal] 2356 Białko ogółem [g]: 107,02 Tłuszcz[g]: 71,97 w tym tłuszcze nasycone[g]: 25,11 Węglowodany ogółem[g]: 342,12 w tym cukry[g]: 58,45 Błonnik[g]: 25,03 Sód [g]: 2,34		Wartość energet. [kcal] 2332 Białko ogółem [g]: 100,12 Tłuszcz[g]: 68,11 w tym tłuszcze nasycone[g]: 25,11 Węglowodany ogółem[g]: 344,12 w tym cukry[g]: 58,45 Błonnik[g]: 25,03 Sód[g]: 2,34		Wartość energet. [kcal] 2389 Białko ogółem [g]: 102,23 Tłuszcz[g]: 70,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,03 Węglowodany ogółem[g]: 310,82 w tym cukry[g]:41,23 Błonnik[g]: 36,09 Sód [g]:2,55		Wartość energet. [kcal]1966 Białko ogółem [g] 69,45 Tłuszcz[g] 64,12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 291.34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 2,02	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

1.10.2025-10.10.2025

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, 9 października 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	Zacierka na mleku (*1*7) 350ml Paszтет drobiowy (*6+1+10) 60g Twaróg plaster (*7) 30g Pomidor 50g Rukola 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	263 142 45 9 1 261 116	Zacierka na mleku (*1*7) 350ml Szynka drobiowa (*6+1+10) 50g Twaróg plaster (*7) 30g Pomidor 50g Rukola 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	263 52 45 9 1 263 116	Zacierka na mleku (*1*7) 350ml Szynka drobiowa (*6+1+10) 50g Twaróg plaster (*7) 30g Pomidor 50g Rukola 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	263 52 45 9 1 263 116	Kefir *7/200ml Szynka drobiowa (*6+1+10) 60g Twaróg plaster (*7) 30g Pomidor 50g Rukola 5g Chleb razowy (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	102 52 45 9 1 251 116	Zacierka na mleku (*1*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml	589
II śniadanie	Śliwka 100g	55	Banan 160g	110	Banan 160g	110	Śliwki 100g Migdały (*8) 10g	55 62	Sok owocowy 300ml	82
Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem na wywarze mięsno- warzywnym (*7*9) 400ml Szynka pieczona w sosie własnym (*1*9) 100g/50ml Ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki z koperkiem i olejem rzepakowym 70g Sałata z oliwą 50g Kompot owocowy 250ml	252 256 142 56 38 50	Zupa pomidorowa z ryżem na wywarze mięsno- warzywnym (*7*9) 400ml Szynka pieczona w sosie własnym (*1*9) 100g/50ml Ziemniaki 200g Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7)70g Sałata z oliwą 50g Kompot owocowy 250ml	252 256 142 45 38 50	Zupa pomidorowa z ryżem na wywarze mięsno- warzywnym (*7*9) 400ml Szynka pieczona w sosie własnym (*1*9) 100g/50ml Ziemniaki 200g Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7)70g Sałata z oliwą 50g Kompot owocowy 250ml	252 256 142 45 38 50	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml Szynka pieczona w sosie własnym (*1*9) 100g/50ml Ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki z koperkiem i olejem rzepakowym 70g Sałata z oliwą 50g Woda 500ml	256 256 142 56 38	Zupa pomidorowa (*7*9), ziemniaki, mięso drobiowo- wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wielooowocowy 250ml	625 50
Podwie	Jogurt naturalny (*7) 100g	60	Jogurt owocowy (*7) 100g	90	Jogurt owocowy (*7) 100g	90	Jogurt naturalny (*7) 100g	60	Jogurt owocowy (*7) 150g	125
Kolacja	Polędwica sopocka (*6*9*10) 50g Pasta warzywna (*9) 50g Ogórek 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	65 45 6 261 116	Polędwica sopocka (*6*9*10) 50g Pasta warzywna (*9) 50g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	65 45 7 263 116	Polędwica sopocka (*6*9*10) 50g Pasta warzywna (*9) 50g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	65 45 7 263 116	Polędwica sopocka (*6*9*10) 50g Pasta warzywna (*9) 50g Ogórek 50g Ogórek kiszony 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	65 45 6 251 116	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszką, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	545
Nocny	Kanapka tostowa razowa z szynką drobiową, twarożkiem, sałatą, ogórkiem i masłem roślinnym(*1*7+6+9+10) 1szt. Galaretką z owocami 123g	184 100	Kanapka tostowa pszenna z szynką drobiową, twarożkiem, sałatą, pomidorem i masłem roślinnym (*1*7+6+9+10) 1szt. Galaretką z owocami 123g	194 100	Kanapka tostowa pszenna z szynką drobiową, twarożkiem, sałatą, pomidorem i masłem roślinnym (*1*7+6+9+10) 1szt. Galaretką z owocami 123g	194 100	Kanapka tostowa razowa z szynką drobiową, twarożkiem, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Ogórek słupki 100g	143 15		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2550 Białko ogółem [g]: 121,34 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]: 2,52		Wartość energet. [kcal] 2449 Białko ogółem [g]: 119,98 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]: 2,54		Wartość energet. [kcal] 2449 Białko ogółem [g]: 119,98 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]: 2,54		Wartość energet. [kcal] 2424 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]: 2,33		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] 2,11	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

1.10.2025-10.10.2025

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, 10 października 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), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	602
	Ser żółty (*7) 50g	157	Mozzarella (*7) 50g	82	Mozzarella (*7) 50g	82	Ser żółty (*7) 20g	70		
	Dżem truskawkowy 25g	40	Dżem truskawkowy 25g	40	Dżem truskawkowy 25g	40	Mozzarella (*7) 50g	82		
	Papryka 50g	10	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Papryka 50g	10		
	Rukola 5g	1	Rukola 5g	1	Rukola 5g	1	Rukola 5g	1		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	251		
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116		
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata z cukrem 250ml	
II śniadanie	Gruszka 160g	85	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Gruszka 160g Migdały (*8) 10g	85 65	Kefir *7/200ml	102
Obiad	Zupa kalafiorowa z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*1*3*7*9) 400ml	245	Zupa kalafiorowa z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*1*3*7*9) 400ml	245	Zupa kalafiorowa z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*1*3*7*9) 400ml	245	Zupa kalafiorowa z makaronem razowym na wywarze mięsno-warzywnym (*1*3*7*9) 400ml	248	Zupa kalafiorowa(*1, *7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
	Filet z dorsza panierowany i smażony (*1*3*4) 100g	274	Filet z dorsza parowany z masłem i koperkiem (*4*7) 100g	245	Filet z dorsza parowany z masłem i koperkiem (*4*7) 100g	245	Filet z dorsza parowany z masłem i koperkiem (*4*7) 100g	245		
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142		
	Surówka z kiszzonej kapusty z olejem rzepakowym 70g	56	Szpinak gotowany z masłem (*7) 70g	35	Szpinak gotowany z masłem (*7) 70g	35	Surówka z kiszzonej kapusty z olejem rzepakowym 70g	56		
	Marchewka gotowana 50g	25	Marchewka gotowana 50g	25	Marchewka gotowana 50g	25	Marchewka gotowana 50g	25		
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml		Kompot wieloowocowy 250ml	50
Podwiecz	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	154	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	154	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	154	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	154
Kolacja	Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym z kurczakiem 200g	176	Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym z kurczakiem 200g	176	Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym z kurczakiem 200g	176	Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowymz kurczakiem 200g	176	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	545
	Ogórek kiszony 50g	6	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Ogórek kiszony 50g	6		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g	251		
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g	116	Herbata 250ml	
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, mozzarellą , szynką wieprzową, sałatą i papryką (*7*1*6+9+10) 100g	203	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, szynką wieprzową,salaatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	213	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, szynką wieprzową, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	213	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, mozzarellą, szynką wieprzową, sałatą i papryką (*1*7*6+9+10) 100g	203		
	Sok owocowy 300ml	82	Sok owocowy 300ml	82	Sok owocowy 300ml	82	Surówka z marchewki z jabłkiem z olejem rzepakowym 100g	56		

WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2539 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]: 2,61	Wartość energet. [kcal] 2437 Białko ogółem [g]: 112,34 Tłuszcz[g]: 68,45 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,56 Węglowodany ogółem[g]: 331,34 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:32,35 Sód [g]: 2,54	Wartość energet. [kcal]2417 Białko ogółem [g]: 111,22 Tłuszcz[g]: 68,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 15,56 Węglowodany ogółem[g]: 330,98 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:30,12 Sód[g]: 2,53	Wartość energet. [kcal] 2367 Białko ogółem [g]:113,99 Tłuszcz[g]: 60,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 312,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:40,11 Sód [g]: 2,64	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 sporządził(a): Patrycja Wójtowicz
na zlecenie i wg wytycznych firmy cateringowej PPUH Natalia Madej