

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

21.10.2025-31.10.2025

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, 21 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 (*1*7)350ml | 255 | Płatki jęczmienne na mleku (*1*7)350ml | 255 | Płatki jęczmienne na mleku (*1*7)350ml | 255 | Mozzarella (*) 20g | 54 | Płatki jęczmienne na mleku (*1*7), | 589 |
| | Ser żółty (*) 50g | 174 | Pasta twarogowa z koperkiem (*) 70g | 82 | Pasta twarogowa z koperkiem (*) 70g | 82 | Pasta twarogowa z koperkiem (*) 70g | 82 | mleko w proszku (*) 70g | |
| | Schab wieprzowy z kija (*6+9+10) 30g | 35 | Schab wieprzowy z kija (*6+9+10) 30g | 35 | Schab wieprzowy z kija (*6+9+10) 30g | 35 | Schab wieprzowy z kija (*6+9+10) 30g | 35 | mleko w proszku (*) 70g, miód, bułka pszenna (*) 450ml | |
| | Papryka 50g | 10 | Pomidor 50g | 9 | Pomidor 50g | 9 | Papryka 50g | 1 | | |
| | Roszpinka 5g | 1 | Roszpinka 5g | 1 | Roszpinka 5g | 1 | Roszpinka 5g | 251 | | |
| | Chleb mieszany ziarnisty (*) 100g | 261 | Chleb pszenny (*) 100g | 263 | Chleb pszenny (*) 100g | 263 | Chleb razowy (*) 100g | 116 | Herbata z cukrem 250ml | |
| | Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g | 116 | Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g | 116 | Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g | 116 | Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g | 116 | | |
| | Herbata b/c 250ml | | Herbata b/c 250ml | | Herbata b/c 250ml | | Herbata b/c 250ml | | | |
| II śniadanie | Gruszka 150g | 85 | Mus owocowy bez cukru 100%100g | 54 | Mus owocowy bez cukru 100%100g | 54 | Gruszka 150g | 85 | Mus owocowy 100%/100g | 54 |
| | | | | | | | Migdały (*) 10g | 62 | | |
| Obiad | Zupa pieczarkowa z makaronem na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml | 248 | Zupa wiejska z makaronem na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml | 235 | Zupa wiejska 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 wiejska(*9), ziemniaki, mięso drobiowo-wieprzowe, mleko w proszku (*) 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 | śmietana (*) 450ml | |
| | Ziemniaki 200g | 142 | Bukiet warzyw gotowany z masłem (*) 70g | 38 | Bukiet warzyw gotowany z masłem (*) 70g | 38 | Ziemniaki 200g | 142 | Kompot wieloowocowy 250ml | 50 |
| | Sałátka szwedzka z olejem rzepakowym 70g | 28 | Sałata z jogurtem *7/ 50g | 18 | Sałata z jogurtem *7/ 50g | 18 | Sałátka szwedzka z olejem rzepakowym 70g | 142 | | |
| | Sałata z jogurtem *7/ 50g | 18 | Kompot owocowy 250ml | 50 | Kompot owocowy 250ml | 50 | Sałata z jogurtem *7/ 50g | 28 | | |
| | Kompot owocowy 250ml | 50 | | | | | Woda 500ml | 18 | | |
| Podwiecz | Serek homogenizowany owocowy (*) 150g | 154 | Serek homogenizowany owocowy (*) 150g | 154 | Serek homogenizowany owocowy (*) 150g | 154 | Kefir (*) 200ml | 102 | Serek homogenizowany owocowy (*) 150g | 154 |
| Kolacja | Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym i szynką wieprzową (*) 200g | 156 | Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym i szynką wieprzową (*) 200g | 156 | Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym i szynką wieprzową (*) 200g | 156 | Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym i szynką wieprzową (*) 200g | 156 | Mięso wieprzowe, jajko(*) 3), seler(*) 9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*) 7), kasza manna (*) 1) 450ml | 545 |
| | Ogórek 50g | 7 | Pomidor 50g | 9 | Pomidor 50g | 9 | Ogórek 50g | 7 | | |
| | Chleb mieszany ziarnisty (*) 100g | 261 | Chleb pszenny (*) 100g | 14 | Chleb pszenny (*) 100g | 14 | Chleb razowy (*) 100g | 251 | | |
| | Masło śniadaniowe kanapkowe 83% (*) 20g | 116 | Masło śniadaniowe kanapkowe 83% (*) 20g | 116 | Masło śniadaniowe kanapkowe 83% (*) 20g | 116 | Masło śniadaniowe kanapkowe 83% (*) 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, szynką, sałatą i ogórkiem (*1*7*6+9+10) 100g | 203 | Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, szynką,sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g | 213 | Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, szynką ,sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g | 213 | Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, mozzarellą, szynką, sałatą i ogórkiem (*1*7*6+9+10) 100g | 203 | | |
| | Sok owocowy 300ml | 82 | Sok owocowy 300ml | 82 | Sok owocowy 300ml | 82 | Rzodkiew talarki 100g | 17 | | |
| WARTOŚCI ODŻWICZAJĄCE | Wartość energet. [kcal] 2539 Białko ogółem [g]: 106,26 Tłuszcz [g]: 85,04 w tym tłuszcze nasycone [g]: 28,03 Węglowodany ogółem [g]: 333,27 w tym cukry [g]: 57,64 Błonnik [g]: 31,72 Sód [g]: 2,64 | | Wartość energet. [kcal] 2395 Białko ogółem [g]: 91,54 Tłuszcz [g]: 77,02 w tym tłuszcze nasycone [g]: 20,05 Węglowodany ogółem [g]: 337,054 w tym cukry [g]: 53,19 Błonnik [g]: 22,12 Sód [g]: 2,32 | | Wartość energet. [kcal] 2375 Białko ogółem [g] 90,23 Tłuszcz [g] 74,12 w tym nasycone [g] 14,234 Węglowodany ogółem [g] 335,08 W tym cukry [g] 49,98 Błonnik [g] 19,24 Sód [g] 2,28 | | Wartość energet. [kcal] 2350 Białko ogółem [g]: 92,34 Tłuszcz [g]: 78,59 w tym tłuszcze nasycone [g]: 24,04 Węglowodany ogółem [g]: 290,67 W tym cukry [g]: 37,34 Błonnik [g]: 39,78 Sód [g]: 2,14 | | Wartość energet. [kcal] 2005 Białko ogółem [g] 70,12 Tłuszcz [g] 50,45 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 284,34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik [g] 22,45 Sód [g] 1,99 | |

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

21.10.2025-31.10.2025

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, 22 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 | Kawa Inka na mleku 2% (*) 250ml Chleb mieszany ziarnisty (*) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Szynka wiśniowa wieprzowa (+1+9+10) 50g Mozzarella plaster (*) 20g Ogórek kiszony 50g Kiełki rzodkiewki 5g Herbata b/c 250ml | 168 261 116 62 56 6 1 | Kawa Inka na mleku 2% (*) 250ml Chleb pszenny (*) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Szynka wiśniowa wieprzowa (+1+9+10) 50g Mozzarella plaster (*) 20g Pomidor 50g Sałata 1liść/5g Herbata b/c 250ml | 247 263 116 62 56 9 1 | Kawa Inka na mleku 2% (*) 250ml Chleb pszenny (*) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Szynka wiśniowa wieprzowa (+1+9+10) 50g Mozzarella plaster (*) 20g Pomidor 50g Sałata 1 liść /5g Herbata b/c 250ml | 247 263 116 62 56 9 1 | Jajko gotowane 1szt.(*)3 Chleb razowy (*) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Szynka wiśniowa wieprzowa (+1+9+10) 50g Mozzarella plaster(*) 20g Ogórek kiszony 50g Kiełki rzodkiewki 5g Herbata bez cukru 250ml | 70 251 116 62 56 6 1 | Płatki owsiane na mleku (*7+1) , mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*) 450ml Herbata 250ml | 589 |
| II śniadanie | Banan 1szt./150g | 110 | Banan 1szt./150g | 110 | Banan 1szt./150g | 110 | Śliwki 100g Pestki dyni (+8) 10g | 45 58 | Sok owocowy 300ml | 82 |
| Obi | Kapuśniak na wywarze mięsnym i włoszczyzny z ziemniakami (*7*9) 400ml Bitki z szynki wieprzowej w sosie własnym(*1*3) 100g/50ml Kluski śląskie (*1*3) 8szt./160g Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g Szpinak gotowany 50g Kompot wieloowocowy 250ml | 255 256 202 45 21 50 | Zupa brokułowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym *7*9 400ml Bitki z szynki wieprzowej w sosie własnym(*1*3) 100g/50ml Kluski śląskie (*1*3) 8szt./160g Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g Szpinak gotowany 50g Kompot wieloowocowy 250ml | 232 256 202 45 21 50 | Zupa brokułowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym *7*9 400ml Bitki z szynki wieprzowej w sosie własnym(*1*3) 100g/50ml Kluski śląskie (*1*3) 8szt./160g Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g Szpinak gotowany 50g Kompot wieloowocowy 250ml | 232 256 202 45 21 50 | Kapuśniak na wywarze mięsnym i włoszczyzny z ziemniakami (*7*9) 400ml Bitki z szynki wieprzowej w sosie własnym(*1*3) 100g/50ml Kasza gryczana 200g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 70g Szpinak gotowany 50g Woda 500ml | 255 256 242 54 21 | Zupa brokułowa (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml | 625 50 |
| Podwieczerek | Jogurt owocowy (*) 100g | 90 | Jogurt owocowy (*) 100g | 90 | Jogurt owocowy (*) 100g | 90 | Jogurt naturalny (*)100g | 60 | Jogurt owocowy (*) 100g | 90 |
| Kolacja | Salatka śledziowa z ogórkiem kiszonym i cebulką (*4) 140g Papryka 50g Chleb mieszany ziarnisty (*) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*) 20g Herbata b/c 250ml | 156 10 261 116 | Pasta twarogowa z koperkiem (*) 70g Dżem truskawkowy 25g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*) 20g Herbata b/c 250ml | 92 40 7 263 116 | Pasta twarogowa z koperkiem (*) 70g Dżem truskawkowy 25g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*) 20g Herbata b/c 250ml | 92 40 7 263 116 | Salatka śledziowa z ogórkiem kiszonym i cebulką (*4) 140g Połędwica drobiowa (*1+6+9+10+11) 20g Papryka 50g Chleb razowy (*) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*) 20g Herbata bez cukru 250ml | 156 19 10 251 116 | Mięso drobiowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml | 511 |
| Noctny | Bułka razowa z mix roślinnym, poledwica sopocką, jajkiem, sałata i ogórkiem (*7*1*6+9+10) 100g Mus owocowy 100%/100g | 188 54 | Bułka pszenna z mix roślinnym, poledwica sopocką, jajkiem, sałata i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Mus owocowy 100%/100g | 198 54 | Bułka pszenna z mix roślinnym, poledwica sopocką jajkiem, sałata i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Mus owocowy 100%/100g | 198 54 | Bułka razowa z mix roślinnym, poledwica sopocką, jajkiem, sałata i ogórkiem (*1*7*6+9+10) 100g Pomidor 1szt./ 100g | 188 18 | | |

| | | | | | |
|-------------------|---|--|--|---|--|
| WARTOŚCI ODŻYWCZE | Wartość energet. [kcal] 2302 Białko ogółem [g]: 102,34 Tłuszcz[g]: 82,87 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 329,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 40,09 Sód [g]: 2,72 | Wartość energet. [kcal] 2309 Białko ogółem [g]: 99,63 Tłuszcz[g]: 78,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 345,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:31,99 Sód [g]: 2,61 | Wartość energet. [kcal] 2309 Białko ogółem [g]: 99,63 Tłuszcz[g]: 78,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 345,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:31,99 Sód [g]: 2,61 | Wartość energet. [kcal] 2366 Białko ogółem [g]: 100,19 Tłuszcz[g]: 80,32 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 315,12 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:45,12 Sód [g]: 2,55 | Wartość energet. [kcal]2022 Białko ogółem [g] 72,45 Tłuszcz[g] 52.12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 300,34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 2,02 |
|-------------------|---|--|--|---|--|

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

21.10.2025-31.10.2025

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, 23 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 (*) 350ml Chleb mieszany, ziarnisty (*) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Jajko gotowane w sosie koperkowym 1szt./50g/50ml (*7*3) Szynka wieprzowa pieczona (*9*10+1) 40g Pomidor 50g Rukola 5g Herbata b/c 250ml | 255 261 116 95 42 9 1 | Płatki jaglane na mleku (*) 350ml Chleb pszenny (*) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Jajko gotowane w sosie koperkowym 1szt./50g/50ml (*7*3) Szynka wieprzowa pieczona (*9*10+1) 40g Pomidor 50g Rukola 5g Herbatab/c 250ml | 255 263 116 95 42 9 1 | Płatki jaglane na mleku (*) 350ml Chleb pszenny (*) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Szynka wieprzowa pieczona (*9*10+1) 50g Miód 15g Pomidor 50g Rukola 5g Herbata b/c 250ml | 255 263 116 65 40 9 1 | Jabłko 150g Chleb razowy (*) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Jajko gotowane w sosie koperkowym 1szt./50g/50ml (*7*3) Szynka wieprzowa pieczona (*9*10+1) 40g Pomidor 50g Rukola 5g Herbata bez cukru 250ml | 75 251 116 95 42 9 1 | Płatki jaglane na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml | 589 | |
| II śniadanie | Salatka ze świeżych warzyw z oliwą i pestkami słonecznika 150g | 78 | Mus owocowy 100%.100g | 54 | Mus owocowy 100%.100g | 54 | Salatka ze świeżych warzyw z oliwą i pestkami słonecznika 150g | 78 | Jogurt naturalny (*) 100g | 60 | |
| Obiad | Zupa ogórkowa na wywarze mięsno-warzywnym z ryżem(*7*9) 400ml Fasolka po bretońsku z mięsem wieprzowym (*1*3*7*9) 150g Ziemniaki 200g Jabłko 1szt./150g Kompot wieloowocowy 250ml | 256 321 142 75 50 | Zupa marchwianka z ryżem na wywarze mięsno-warzywnym (*9*7) 400ml Pyzy ziemniaczane z mięsem wieprzowo-drobiowym okraszone masłem (*1*7*9+10) 300g Szpinak gotowany z masłem (*) 120g Kompot wieloowocowy 250ml | 232 438 56 50 | Zupa marchwianka z ryżem na wywarze mięsno-warzywnym (*9*7) 400ml Pyzy ziemniaczane z mięsem wieprzowo-drobiowym okraszone masłem (*1*7*9+10) 300g Szpinak gotowany z masłem (*) 120g Kompot wieloowocowy 250ml | 232 438 56 50 | Zupa ogórkowa na wywarze mięsno-warzywnym z ryżem brązowym (*7*9) 400ml Fasolka po bretońsku z mięsem wieprzowym (*1*3*7*9) 150g Ziemniaki 200g Jabłko 1szt./150g Surówka marchewki i jabka z olejem rzepakowym 50g Woda 500ml | 254 321 142 75 32 | Zupa marchwianka (*7*9) ziemniaki, mięso wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot owocowy 250ml 50 | 625 | |
| Podwiecz | Serek wiejski (*) 150g | 142 | Serek wiejski (*) 150g | 142 | Serek wiejski (*) 150g | 142 | Serek wiejski (*) 150g | 142 | Mus owocowy b/c 100%/100g | 54 | |
| Kolacja | Ser żółty (*) 50g Dżem 25g Ogórek kiszony 50g Chleb mieszany ziarnisty (*) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*) 20g Herbata b/c 250ml | 156 40 6 261 116 | Mozzarella (*) 60g Dżem 25g Pomidor 50g Chleb pszenny (*) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*) 20g Herbata b/c 250ml | 82 40 7 263 116 | Mozzarella (*) 60g Dżem 25g Pomidor 50g Chleb pszenny (*) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*) 20g Herbata b/c 250ml | 82 40 7 263 116 | Ser żółty (*) 50g Szynka drobiowa z indyka 75% (*1*6+9) 20g Ogórek kiszony 50g Chleb razowy (*) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*) 20g Herbata b/c 250ml | 156 25 6 251 116 | Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml | 511 | |
| Nocny | Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, poledwicą drobiową, mozzarellą sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g Sok owocowy 300ml | 203 82 | Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwicą drobiową, mozzarellą sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Sok owocowy 300ml | 213 82 | Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwicą drobiową, mozzarellą sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Sok owocowy 300ml | 213 82 | Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, poledwicą drobiową, mozzarellą sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g Ogórek świeży słupki 100g | 203 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] 2404 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

21.10.2025-31.10.2025

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, 24 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 | 255 | Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml | 255 | Mozzarella (*7) 20g | 47 | Płatki owsiane na mleku (*7+1), mleko (*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 | | |
| II śniad | Miód 15g | 40 | Miód 15g | 40 | Miód 15g | 40 | Szynka krakowska parzona wieprzowa (+6+9+10) 20g | 9 | | 82 |
| | Pomidor 50g | 1 | Pomidor 50g | 9 | Pomidor 50g | 9 | Pomidor 50g | 1 | | |
| | Roszpinka 5g | 261 | Roszpinka 5g | 1 | Roszpinka 5g | 1 | Roszpinka 5g | 251 | | |
| | Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g | 116 | Chleb pszenny (*1) 100g | 263 | Chleb pszenny (*1) 100g | 263 | Chleb razowy (*1) 100g | 116 | Herbata z cukrem 250ml | |
| | Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g | | Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g | 116 | Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g | 116 | Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g | | | |
| | Herbata b/c 250ml | | Herbata b/c 250ml | | Herbata b/c 250ml | | Herbata b/c 250ml | | | |
| | Banan 1szt./120g | 110 | Banan 1szt./120g | 110 | Banan 1szt./120g | 110 | Gruszka 150g | 85 | Sok owocowy 300ml | |
| | | | | | | | Migdały (*8) 10g | 62 | | |
| | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| 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 ziemniakami (*7*9)400ml | 257 | Zupa szpinakowa (*7*9) , ziemniaki, ryba na parze (*4), brokuł, cukinia, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml | 625 |
| | Ryba morskczuk panierowana i smażona (*1,*4,*3) 100g | 278 | Ryba morskczuk parowany z koperkiem i masłem (*4*7) 100g | 245 | Ryba morskczuk parowany z koperkiem i masłem (*4,*7) 100g | 245 | Ryba morskczuk parowana z koperkiem i masłem (*4,*7) 100g | 245 | | |
| | Surówka z kapusty kiszzonej i marchewki z olejem rzepakowym 70g | 48 | Cukinia gotowana z masłem (*7) 70g | 32 | Cukinia gotowana z masłem (*7) 70g | 32 | Surówka z kapusty kiszzonej i marchewki z olejem rzepakowym 100g | 48 | | |
| | Brokuł gotowany 50g | 16 | Brokuł gotowany 50g | 16 | Brokuł gotowany 50g | 16 | Brokuł gotowany 50g | 16 | | |
| | Ziemniaki gotowane 200g | 142 | Ziemniaki gotowane 200g | 142 | Ziemniaki gotowane 200g | 142 | Ziemniaki gotowane 200g | 142 | | |
| | Kompot owocowy 250ml | 50 | Kompot owocowy 250ml | 50 | Kompot owocowy 250ml | 50 | Woda 500ml | 50 | Kompot owocowy 250ml | |
| 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 kanapkowe 83%(*7) 20g | 116 | Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g | 116 | | |
| Herbata b/c 250ml | | Herbata b/c 250ml | | Herbata b/c 250ml | | Herbata b/c 250ml | | | | |
| Nocny | Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, mozzarellą ,połędwicą wieprzową,sałatą i papryką (*7*1*6+9+10) 100g | 182 | Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą ,połędwicą wieprzową,sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g | 191 | Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą ,połędwicą wieprzową,sałatą 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 | | |
| | Galaretką z owocami b/c 123g | 100 | Galaretką z owocami b/c 123g | 100 | Galaretką 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

21.10.2025-31.10.2025

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, 25 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 (*1*7) 350ml Paszтет zapiekany drobiowy z suszonymi pomidorami (*1*3*9+7+6) 60g Twaróg plaster (*7) 30g Rzodkiew biała tarta 50g Rukola 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 258 146 47 7 1 261 116 | Płatki jęczmienne na mleku (*1*7) 350ml Połędwica drobiowa z majerankiem (+1+9+10+11) 60g Twaróg plaster (*7) 30g Cukinia parzona 50g Rukola 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 258 52 47 7 1 263 116 | Płatki jęczmienne na mleku (*1*7) 350ml Połędwica drobiowa z majerankiem (+1+9+10+11) 60g Twaróg plaster (*7) 30g Cukinia parzona 50g Rukola 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 258 52 47 7 1 263 116 | Połędwica drobiowa z majerankiem (+1+9+10+11) 30g Paszтет zapiekany z suszonymi pomidorami (*1*3*9+6) 60g Twaróg plaster (*7) 30g Rzodkiew biała tarta 50g Rukola 5g Chleb razowy (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 28 146 47 7 1 251 116 | Płatki jęczmienne na mleku (*1*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml | 589 |
| II śniad | Arbuz 150g | 45 | Arbuz 150g | 45 | Arbuz 150g | 45 | Serek wiejski *7/150g | 142 | Jogurt owocowy *7/100g | 90 |
| Obiad | Barszcz czerwony na wywarze mięsno-warzywnym z fasolą i ziemniakami (*7*9) 400ml | 278 | Barszcz czerwony na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml | 245 | Barszcz czerwony na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml | 245 | Barszcz po ukraińsku na wywarze mięsno-warzywnym z fasolą i ziemniakami (*7*9) 400ml | 278 | Barszcz czerwony (*7*9), ziemniaki, mięso drobiowe, marchewka, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml | 625 |
| | Potrąwka z kurczaka z warzywami i natką pietruszki (*1*7) 150g | 221 | Potrąwka z kurczaka z warzywami i natką pietruszki (*1*7) 150g | 221 | Potrąwka z kurczaka z warzywami i natką pietruszki (*1*7) 150g | 221 | Potrąwka z kurczaka z warzywami i natką pietruszki (*1*7) 150g | 22 | mięso drobiowe, marchewka, mleko w proszku (*7), 450ml | 50 |
| | Kasza jęczmienna (*1) 200g | 218 | Kasza jęczmienna (*1) 200g | 218 | Kasza jęczmienna (*1) 200g | 218 | Kasza jęczmienna (*1) 200g | 218 | śmietana (*7) 450ml | 50 |
| | Salatka z kiszzonego ogórka i marchewki z olejem rzepakowym 70g | 28 | Marchewka gotowana z masłem (*7) 70g | 32 | Marchewka gotowana z masłem (*7) 70g | 35 | Salatka z kiszzonego ogórka i marchewki z olejem rzepakowym 70g | 28 | Kompot owocowy 250ml | 50 |
| | Kalafior gotowany 50g Kompot owocowy 250ml | 17 50 | Kalafior gotowany 50g Kompot owocowy 250ml | 17 50 | Kalafior gotowany 50g Kompot owocowy 250ml | 17 50 | Kalafior gotowany 50g Kompot owocowy 250ml Woda 500ml | 17 | | |
| Podw | Mus owocowy 100%/100g | 54 | Mus owocowy 100%/100g | 54 | Mus owocowy 100%/100g | 54 | Salatka ze świeżych warzyw z fetą i olejem rzepakowym (*7) 150g | 76 | Mus owocowy 100%/100g | 54 |
| Kolacja | Szynka krakowska parzona wieprzowa (+6+9+10) 50g | 56 | Szynka krakowska parzona wieprzowa (+6+9+10) 50g | 56 | Szynka krakowska parzona wieprzowa (+6+9+10) 50g | 56 | Szynka krakowska parzona wieprzowa (+6+9+10) 50g | 56 | Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml | 511 |
| | Mozzarella plaster(*7)20g | 52 | Mozzarella plaster(*7)20g | 52 | Mozzarella plaster(*7)20g | 52 | Mozzarella plaster(*7)20g | 52 | | |
| | Pomidor 50g | 9 | Pomidor 50g | 9 | Pomidor 50g | 9 | Pomidor 50g | 9 | | |
| | Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 261 116 | Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 263 116 | Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 263 116 | Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 251 116 | | |
| Nocny | Bułka razowa z mix roślinnym, połędwicą wieprzową, jajkiem,sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g | 188 | Bułka pszenna z mix roślinnym, połędwicą wieprzową,jajkiem sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g | 198 | Bułka pszenna z mix roślinnym, połędwicą wieprzową, jajkiem sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g | 198 | Bułka razowa z mix roślinnym, połędwicą wieprzową,jajkiem sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g | 188 | | |
| | Sok owocowy 300ml | 81 | Sok owocowy 300ml | 81 | Sok owocowy 300ml | 81 | Ogórek słupki 100g | 14 | | |
| 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

21.10.2025-31.10.2025

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, 26 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 (*7*1)350ml | 256 | Zacierka na mleku (*7*1)350ml | 256 | Zacierka na mleku (*7*1)350ml | 256 | Jajko gotowane 1szt./50g(*3) | 70 | Zacierka na mleku 350ml (*7+1), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml | 602 |
| | Kiełbasa drobiowa pieczona(+9+10) 100g | 202 | Kiełbasa drobiowa pieczona(+9+10) 100g | 202 | Półdewica sopocka (*6+9+10) 50g | 62 | Kiełbasa drobiowa pieczona (+9+10) 100g | 202 | | |
| | Musztarda (*9*10) 20g | 14 | Kecup (*9) 20g | 20 | Miód 15g | 40 | Musztarda (*9*10) 20g | 14 | | |
| | 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 | 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 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 | 196 | Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z ryżem (*9) 400ml | 196 | Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z ryżem (*9) 400ml | 196 | Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z ryżem brązowym (*9) 400ml | 194 | Rosół (*9) ziemniaki, mięso drobiowe, bukiet warzyw, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml | 625 |
| | Udko drobiowe pieczone 150g | 265 | Udko gotowane w sosie koperkowym 150g/30ml (*1*7) | 245 | Udko gotowane w sosie koperkowym 150g/30ml (*1*7) | 245 | Udko drobiowe pieczone 150g | 265 | | |
| | Ziemniaki 200g | 142 | Ziemniaki 200g | 142 | Ziemniaki 200g | 142 | Ziemniaki 200g | 142 | | |
| | Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki z olejem rzepakowym 70g | 56 | Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 70g | 45 | Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7)70g | 45 | Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki z olejem rzepakowym 70g | 56 | Kompot owocowy 250ml | 50 |
| | Sałata z oliwą 50g | 36 | Sałata z oliwą 50g | 36 | Sałata z oliwą 50g | 36 | Sałata z oliwą 50g | 36 | | |
| Kompot owocowy 250ml | 50 | Kompot owocowy 250ml | 50 | Kompot owocowy 250ml | 50 | Woda 500ml | | | | |
| 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 | 89 | Twarożek z koperkiem (*7) 70g | 82 | Twarożek z koperkiem (*7) 70g | 82 | Twarożek z rzodkiewką i szczypiorem (*7) 70g | 89 | Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml | 545 |
| | Szynka drobiowa z indyka 75% (*1+6+9) 20g | 19 | Szynka drobiowa z indyka 75% (*1+6+9) 20g | 19 | Szynka drobiowa z indyka 75% (*1+6+9) 20g | 19 | Szynka drobiowa z indyka 75% (*1+6+9) 20g | 19 | | |
| | Ogórek kiszony 50g | 6 | Cukinia parzona 50g | 7 | Cukinia parzona 50g | 7 | Ogórek kiszony 50g | 6 | | |
| | Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g | 261 | Chleb pszenny (*1)100g | 263 | Chleb pszenny (*1)100g | 263 | Chleb razowy (*1)100g | 251 | | |
| | Masło śniadaniowe 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/c 250ml | | Herbata b/c 250ml | | | | |
| Nocny | Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, połówką wieprzową, serem żółtym sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g | 177 | Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, połówką drobiową, twarożkiem sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g | 194 | Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, połówką drobiową, twarożkiem,sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g | 194 | Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, połówką wieprzową, serem żółtym sałatą i pomidorem(*1*6+9+10) 100g | 177 | | |
| | Mus owocowy 100%.100g | 54 | Mus owocowy 100%/100g | 54 | Mus owocowy 100%/100g | 54 | Rzodkiew biała talarki 100g | 22 | | |
| WARTOŚCI ODŻYWCZE | Wartość energet. [kcal] 2470 Białko ogółem [g]: 92,26 Tłuszcz[g]: 81,04 w tym tłuszcze nasycone[g]: 30,03 Węglowodany ogółem[g]: 331,27 w tym cukry[g]: 57,64 Błonnik[g]: 34,72 Sód[g]: 2,35 | | Wartość energet. [kcal] 2388 Białko ogółem [g]: 84,23 Tłuszcz[g]: 68,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 332,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 30,12 Sód [g]: 2,55 | | Wartość energet. [kcal] 2388 Białko ogółem [g]: 84,23 Tłuszcz[g]: 68,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 332,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 30,12 Sód [g]: 2,55 | | Wartość energet. [kcal] 2323 Białko ogółem [g]: 101,89 Tłuszcz[g]: 82 65 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 300,82 w tym cukry[g]:47,23 Błonnik[g]: 46,09 Sód [g]:2,43 | | Wartość energet. [kcal]2037 Białko ogółem [g] 72,12 Tłuszcz[g]61.45 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 299.34 W tym cukry [g] 33,11 Błonnik[g] 22,45 Sód[g] 1,97 | |

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

21.10.2025-31.10.2025

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, 27 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 | Ryż na mleku (*) 350ml Pasta jajeczna z koperkiem (*3) 70g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Herbata b/c 250ml | 255 102 40 9 1 261 116 | Ryż na mleku (*) 350ml Pasta jajeczna z koperkiem(*3) 70g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Herbata b/c 250ml | 255 102 40 9 1 263 116 | Ryż na mleku (*) 350ml Pasta z białek jaj z koperkiem (*3) 70g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 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 (*) 20g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb razowy (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Herbata b/c 250ml | 45 102 70 9 1 251 116 | Ryż na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml | 602 |
| II śniadanie | Winogron 150g | 85 | Mus owocowy 100%/100g | 54 | Mus owocowy 100%/100g | 54 | Jabłko 150g Orzechy włoskie (*8) 10g | 75 65 | Serek homogenizowany (*7) 150g | 154 |
| Obiad | Zupa jarzynowa na wywarze mięsno - warzywnym z ziemniakami (*1*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 | 242 268 242 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 jarzynowa na wywarze mięsno -warzywnym z ziemniakami (*1*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 | 242 268 242 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 (*) 100g | 60 | Jogurt naturalny (*) 100g | 60 | Jogurt naturalny (*) 100g | 60 | Jogurt naturalny (*) 100g | 60 | Jogurt owocowy (*) 100g | 90 |
| Kolacja | Pasta rybna z morskczukiem i koperkiem (*4*7) 70g Schab z kija (*1+6+9+10) 20g Ogórek 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe 82%(*) 20g Herbata b/c 250ml | 92 32 6 261 116 | Pasta rybna z morskczukiem i koperkiem (*4*7) 70g Schab z kija (*1+6+9+10) 20g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe 82%(*) 20g Herbata b/c 250ml | 92 32 9 263 116 | Pasta rybna z morskczukiem i koperkiem (*4*7) 70g Schab z kija (*1+6+9+10) 20g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe 82%(*) 20g Herbata b/c 250ml | 92 32 32 9 263 116 | Pasta rybna z morskczukiem i koperkiem (*4*7) 70g Schab z kija (*1+6+9+10) 20g Ogórek 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe 82%(*) 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,sałata i papryką (*7*1*6+9+10) 100g Banan 120g | 198 110 | Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, jajkiem sałata i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Banan 120g | 202 110 | Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, jajkiem sałata i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Banan 120g | 202 110 | Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, serem żółtym, jajkiem, sałata i papryką (*1*7*6+9+10) 100g Pomidor 1szt./100g | 198 18 | | |
| WARTOŚCI ODŻYWCZE | Wartość energet. [kcal] 2575 Białko ogółem [g]: 121,26 Tłuszcz[g]: 92,04 w tym tłuszcze nasycone[g]: 28,03 Węglowodany ogółem[g]: 341,27 w tym cukry[g]: 57,64 Błonnik[g]: 39,72 Sód[g]: 2,76 | | Wartość energet. [kcal]2545 Białko ogółem [g] 120,23 Tłuszcz[g] 73.12 w tym nasycone [g] 14,234 Węglowodany ogółem [g] 338,08 W tym cukry [g] 49,98 Błonnik[g] 27,24 Sód [g] 2,55 | | Wartość energet. [kcal]2545 Białko ogółem [g] 120,23 Tłuszcz[g] 73.12 w tym nasycone [g] 14,234 Węglowodany ogółem [g] 338,08 W tym cukry [g] 49,98 Błonnik[g] 27,24 Sód [g] 2,55 | | Wartość energet. [kcal] 2545 Białko ogółem [g]: 118,34 Tłuszcz[g]:82,59 w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,04 Węglowodany ogółem[g]: 316,67 w tym cukry[g]:37,34 Błonnik[g]:42,78 Sód [g]: 2,61 | | Wartość energet. [kcal]2101 Białko ogółem [g] 72,12 Tłuszcz[g] 59,98 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 283,12 W tym cukry [g] 33,02 Błonnik[g] 24,11 Sód [g] 2,12 | |

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

21.10.2025-31.10.2025

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, 28 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 Ser żółty (*7) 50g Szynka drobiowa z majerankiem (*1+6+9+10)20g Papryka 50g Rukola 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 247 156 19 10 1 261 116 | Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Pasta twarogowa z zieleciną (*7)70g Szynka drobiowa z majerankiem (*1+6+9+10)20g Pomidor 50g Rukola 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 247 82 19 9 1 263 116 | Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Pasta twarogowa z zieleciną (*7)70g Szynka drobiowa z majerankiem (*1+6+9+10)20g Pomidor 50g Rukola 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 247 82 19 9 1 263 116 | Kefir *7/200ml Pasta twarogowa z zieleciną (*7)60g Szynka drobiowa z majerankiem (*1+6+9+10)20g Papryka 50g Rukola 5g Chleb razowy (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 102 87 19 10 1 251 116 | Płatki owsiane na mleku (*7+1) mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml | 602 |
| 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 cukinii na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml Pyzy mięsne z nadzieniem drobiowo-wieprzowym okraszone masłem (*1*3*7)6szt./250g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 70g Kalafior gotowany 50g Kompot wieloowocowy 250ml | 235 545 44 16 50 | Zupa z cukinii na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml Pyzy mięsne z nadzieniem drobiowo-wieprzowym okraszone masłem (*1*3*7)6szt./250g Marchew gotowana z masłem (*7)70g Kalafior gotowany 50g Kompot wieloowocowy 250ml | 235 545 32 16 50 | Zupa z cukinii na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml Pyzy mięsne z nadzieniem drobiowo-wieprzowym okraszone masłem (*1*3*7)6szt./250g Marchew gotowana z masłem (*7)70g Kalafior gotowany 50g Kompot wieloowocowy 250ml | 235 545 32 16 50 | Zupa z cukinii na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml Sos drobiowy z warzywami i natką pietruszki (*1*7+9) 150g Ryz brązowy 200g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 70g Kalafior gotowany 50g Woda 500ml | 235 221 247 44 16 | Zupa z cukinii (*7*9), ziemniaki, mięso drobiowe, marchewka, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot owocowy 250ml | 625 50 |
| Poodwiecz | Serek wiejski(*7) 150g | 142 | Serek wiejski (*7) 150g | 142 | Serek wiejski (*7) 150g | 142 | Serek wiejski (*7) 150g | 142 | Serek wiejski (*7) 150g | 142 |
| Kolacja | Kasza kuskus z warzywami i kurczakiem (*1*9*7*3) 200g Pomidor 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 178 9 261 116 | Kasza kuskus z warzywami i kurczakiem (*1*9*7*3) 200g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 178 9 263 116 | Kasza kuskus z warzywami i kurczakiem (*1*9*7*3) 200g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c250ml | 178 9 263 116 | Kasza gryczana z warzywami i kurczakiem (*1*9*7*3) 200g Pomidor 50g Chleb razowy (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 187 9 251 116 | Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml | 545 |
| Noctny | Bułka razowa z mix roślinnym, polędwicą sopocką, jajkiem,sałatą i pomidorem (*7*1*6+9+10) 100g Ogórek słupek 100g | 188 14 | Bułka pszenna z mix roślinnym, polędwicą sopocką, jajkiem, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Mus owocowy 100%/100g | 198 54 | Bułka pszenna z mix roślinnym, polędwicą sopocką jajkiem,sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Mus owocowy 100g/100% | 198 54 | Bułka razowa z mix roślinnym, polędwicą sopocką, jajkiem,sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Ogórek słupek 100g | 188 14 | | |
| 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

21.10.2025-31.10.2025

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, 29 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 | Kakao b/c na mleku 2% (*7) 250ml | 168 | Kakao b/c na mleku 2% (*7) 250ml | 168 | Kakao b/c na mleku 2% (*7) 250ml | 168 | Jogurt naturalny *7/100g | 60 | Płatki | 602 |
| | Chleb mieszany, ziarnisty (*1) 100g | 261 | Chleb pszenny (*1) 100g | 263 | Chleb pszenny (*1) 100g | 263 | Chleb razowy (*1) 100g | 251 | jęczmienne na mleku (*7*1), | |
| | Mix śniadaniowe | 116 | Mix śniadaniowe | 116 | Mix śniadaniowe | 116 | Mix śniadaniowe | 116 | mleko w | |
| | kanapkowe(*7) 20g | 116 | kanapkowe(*7) 20g | 116 | kanapkowe(*7) 20g | 116 | kanapkowe(*7) 20g | 116 | proszku (*7), | |
| | Jajko gotowane 1szt./50g (*3) | 70 | Jajko gotowane 1szt./50g (*3) | 70 | Jajko gotowane 1szt./50g (*3) | 70 | Jajko gotowane 1szt./50g (*3) | 70 | miód, bułka | |
| | Szynkowa drobiowa z indyka (*9*10+1) 40g | 35 | Szynkowa drobiowa z indyka (*9*10+1) 40g | 35 | Szynkowa drobiowa z indyka (*9*10+1) 40g | 35 | Szynkowa drobiowa z indyka (*9*10+1) 40g | 35 | pszenna (*1) | |
| | Pomidor 50g | 1 | Pomidor 50g | 1 | Pomidor 50g | 1 | Pomidor 50g | 1 | 450ml | |
| Kiełki rzodkiewki 5g | | Kiełki rzodkiewki 5g | | Kiełki rzodkiewki 5g | | Kiełki rzodkiewki 5g | | Herbata 250ml | | |
| Herbata b/c 250ml | | Herbata b/c 250ml | | Herbata b/c 250ml | | Herbata b/c 250ml | | | | |
| II śniadanie | Jabłko 150g | 75 | Mus owocowy 100%/100g | 45 | Mus owocowy 100%/100g | 45 | Jabłko 150g Pestki słonecznika (+8) 10g | 75 54 | Mus owocowy 100%/100g | 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 wieprzowodrobiowy pieczony (*1*3) 100g | 262 | Pulpet z mięsa drobiowowieprzowego w sosie koperkowym (*1*7*9) 100g/50ml | 225 | Pulpet z mięsa drobiowowieprzowego w sosie koperkowym (*1*7*9) 100g/50ml | 225 | Kotlet mielony wieprzowodrobiowy 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), | 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 | śmietana (*7) | |
| | Cukinia gotowana 50g | 14 | Cukinia gotowana 50g | 14 | Cukinia gotowana 50g | 14 | Cukinia gotowana 50g | 14 | 450ml | |
| | Kompot wieloowocowy 250ml | 50 | Kompot wieloowocowy 250ml | 50 | Kompot wieloowocowy 250ml | 50 | Kompot wieloowocowy 250ml | 50 | Kompot wieloowocowy 250ml | |
| Podwieczorek | Galaretką z owocami bez cukru 123g | 100 | Galaretką z owocami bez cukru 123g | 100 | Galaretką z owocami bez cukru 123g | 100 | Kefir (*7) 200ml | 102 | Kefir (*7) 200ml | 102 |
| Kolejca | 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, | 545 |
| | Dżem truskawkowy 25g | 40 | Dżem truskawkowy 25g | 40 | Dżem truskawkowy 25g | 40 | Szynka drobiowa (*6+7+9) 30g | 29 | jajko(*3), seler(*9), | |
| | Papryka 50g | 10 | Pomidor 50g | 9 | Pomidor 50g | 9 | Papryka 50g | 10 | marchew, | |
| | Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g | 261 | Chleb pszenny (*1)100g | 263 | Chleb pszenny (*1)100g | 263 | Chleb razowy (*1)100g | 251 | pietruszką, oliwa, masło (*7), kasza | |
| | 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 | 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 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] 2388 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] 2311 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] 2301 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

21.10.2025-31.10.2025

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, 30 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) |
| Sniadanie | Płatki owsiane na mleku (*7+1) 350ml Połędwica wieprzowa (+1+9+10+11) 50g Ser żółty(*7) 20g Ogórek kiszony 50g Rozszponka 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 247 65 70 6 1 261 116 | Płatki owsiane na mleku (*7+1) 350ml Połędwica wieprzowa (+1+9+10+11) 60g Mozzarella plastry *7/20g Cukinia parzona 50g Rozszponka 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 247 65 56 7 1 263 116 | Płatki owsiane na mleku (*7+1) 350ml Połędwica wieprzowa (+1+9+10+11) 60g Mozzarella plastry *7/20g Cukinia parzona 50g Rozszponka 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 247 65 56 7 1 263 116 | Jajko gotowane 1szt./50g*3 Połędwica wieprzowa (+1+9+10+11) 50g Mozzarella plastry *7/20g Ogórek kiszony 50g Rozszponka 5g Chleb razowy (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 70 65 56 6 1 251 116 | Płatki owsiane na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 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 Spaghetti po bolońsku z sosem drobiowo-wieprzowym z pomidorami i ziołami prowansalskimi (*1*9) 300g Jabłko 150g Kompot owocowy 250ml | 285 431 75 50 | Zupa brokułowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml Spaghetti po bolońsku z sosem drobiowo-wieprzowym z pomidorami i ziołami prowansalskimi (*1*9) 300g Banan 150g Kompot owocowy 250ml | 228 431 110 50 | Zupa brokułowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml Spaghetti po bolońsku z sosem drobiowo-wieprzowym z pomidorami i ziołami prowansalskimi (*1*9) 300g Banan 150g Kompot owocowy 250ml | 228 431 110 50 | Zupa fasolowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml Spaghetti z makaronem razowym po bolońsku z sosem drobiowo-wieprzowym z pomidorami i ziołami prowansalskimi (*1*9) 300g Surówka z czerwonej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 150g Woda 500ml | 285 490 78 | Zupa brokułowa (*7,*9), ziemniaki, mięso wieprzowe, brokuł gotowany, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml 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 Miód 15g Pomidor 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 55 40 9 261 116 | Szynkowa drobiowa(*9*10+1) 50g Miód 15g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 55 40 9 263 116 | Szynkowa drobiowa(*9*10+1) 50g Miód 15g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 55 40 9 263 116 | Szynkowa drobiowa(*9*10+1) 60g Pomidor 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 65 9 251 116 | Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml |
| Nocny | Kanapka tostowa razowa z szynką, twarogiem, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Mus owocowy 100%/100g | 184 54 | Kanapka tostowa pszenna z szynką, twarogiem, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Mus owocowy 100%/100g | 194 54 | Kanapka tostowa pszenna z szynką, twarogiem, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Mus owocowy 100%/100g | 194 54 | Kanapka tostowa razowa z szynką, twarogiem, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Rzodkiew biała talarki 100g | 143 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

21.10.2025-31.10.2025

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, 31 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 Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 70g Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g Papryka 50g Rukola 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 255 112 40 10 261 116 | Płatki jaglane na mleku (*7)350ml Pasta jajeczna z koperkiem(*3) 70g Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g Pomidor 50g Rukola 5g Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 255 102 40 9 1 263 116 | Płatki jaglane na mleku (*7)350ml Pasta z białek jaj z koperkiem (*3) 70g Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g Pomidor 50g Rukola 5g Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 255 82 40 9 1 263 116 | Twaróg plaster (*7) 30g Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 70g Szynka z indyka 75%(*9*10) 20g Papryka 50g Rukola 5g Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 47 112 19 10 1 251 116 | Płatki jaglane na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata z cukrem 250ml | 602 |
| II śniadanie | Śliwki 100g | 55 | Mus owocowy 100%/100g | 54 | Mus owocowy 100%/100g | 54 | Śliwki 100g Migdały (*8) 10g | 55 65 | Sok owocowy 300ml | 81 |
| Obiad | Zupa kalafiorowa z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*1*3*7*9) 400ml Kotlet rybny z morskczuka panierowany i smażony (*1*3*4) 100g Ziemniaki 200g Surówka z białej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 70g Szpinak gotowany 50g Kompot owocowy 250ml | 245 285 142 56 11 50 | Zupa kalafiorowa z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*1*3*7*9) 400ml Pulpet rybny z morskczuka parowany w sosie z masłem i koperkiem (*4*7) 100g Ziemniaki 200g Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 70g Szpinak gotowany 50g Kompot owocowy 250ml | 245 235 142 35 11 50 | Zupa kalafiorowa z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*1*3*7*9) 400ml Pulpet rybny z morskczuka parowany w sosie z masłem i koperkiem (*4*7) 100g Ziemniaki 200g Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7)70g Szpinak gotowany 50g Kompot owocowy 250ml | 245 235 142 35 11 50 | Zupa kalafiorowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml Pulpet rybny z morskczuka parowany w sosie z masłem i koperkiem (*4*7) 100g Ziemniaki 200g Surówka z białej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 70g Szpinak gotowany 50g Woda 500ml | 232 235 142 56 11 | Zupa kalafiorowa (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe, bukiet warzyw, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml | 625 50 |
| Podwiecz | Kefir (*7) 200ml | 102 | Kefir (*7) 200ml | 102 | Kefir (*7) 200ml | 102 | Kefir (*7) 200ml | 102 | Kefir (*7) 200ml | 102 |
| Kolacja | Ser żółty (*7) 50g Połędwica wiśniowa wieprzowa (*1+6+9+10) 20g Ogórek 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 156 25 6 261 116 | Twaróg plastry *7/50g Połędwica wiśniowa wieprzowa (*1+6+9+10) 40g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 66 45 7 263 116 | Twaróg plastry *7/50g Połędwica wiśniowa wieprzowa (*1+6+9+10) 40g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 66 45 7 263 116 | Ser żółty (*7) 50g Połędwica wiśniowa wieprzowa (*1+6+9+10) 20g ogórek 50g Chleb razowy (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 156 25 6 251 116 | Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml | 545 |
| Nocty | Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, mozzarellą , szynką wieprz., sałatą i papryką (*7*1*6+9+10) 100g Galaretką owocową 123g | 177 100 | Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, szynką wieprz.,sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Galaretką owocową 123g | 182 100 | Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, szynką wieprz, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Galaretką owocową 123g | 182 100 | Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, mozzarellą, szynką wieprz, sałatą i rzodkiewką (*1*7*6+9+10) 100g Pomidor 100g | 177 18 | | |
| 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 | |