

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

11.11.2025-20.11.2025

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, 11 listopada 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 Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 70g Schab wieprzowy z kija (*6+9+10) 30g Rzodkiew biała 50g Rukola 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	256 112 35 7 1 261 116	Płatki jęczmienne na mleku (*1*7)350ml Pasta jajeczna z koperkiem(*3) 70g Schab wieprzowy z kija (*6+9+10) 30g Pomidor 50g Sałata 5g Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	256 102 35 9 1 263 116	Płatki jęczmienne na mleku (*1*7)350ml Pasta z białek jaj z koperkiem (*3) 70g Schab wieprzowy z kija (*6+9+10) 30g Pomidor 50g Sałata 5g Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	256 82 35 9 1 263 116	Jogurt naturalny 100g *7 Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 70g Schab wieprzowy z kija (*6+9+10) 30g Rzodkiew biała 50g Rukola 5g Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	60 112 35 7 1 251 116	Płatki jęczmienne na mleku (*1*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata z cukrem 250ml	589
II śniadanie	Jabłko 150g	75	Mus owocowy 100%/100g	45	Mus owocowy 100%/100g	45	Jabłko 150g	75	Mus owocowy 100%/100g	54
Obiad	Zupa z pieczarkowa na wywarze mięsno-warzywnym z makaronem (*1*7*9) 400ml Kotlet mielony wieprzowo-drobiowy panierowany i pieczony (*1*3) 100g Ziemniaki 200g Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g Brokuł gotowany 50g Kompot wieloowocowy 250ml	256 256 142 45 18 50	Zupa wiejska na wywarze mięsno-warzywnym z makaronem (*1*7*9) 400ml Pulpet z mięsa drobiowo-wieprzowego w sosie koperkowym (*1*7*9) 100g/50ml Ziemniaki 200g Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g Brokuł gotowany 50g Kompot wieloowocowy 250ml	223 225 142 45 18 50	Zupa wiejska na wywarze mięsno-warzywnym z makaronem (*1*7*9) 400ml Pulpet z mięsa drobiowo-wieprzowego w sosie koperkowym (*1*7*9) 100g/50ml Ziemniaki 200g Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g Brokuł gotowany 50g Kompot wieloowocowy 250ml	223 225 142 45 18 50	Zupa z pieczarkowa na wywarze mięsno-warzywnym z makaronem razowym (*1*7*9) 400ml Kotlet mielony wieprzowo-drobiowy panierowany i pieczony (*1*3) 100g Ziemniaki 200g Surówka z czerwonej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 70g Brokuł gotowany 50g Woda 500ml	249 256 142 56 17	Zupa wiejska (*7*9) ziemniaki, mięso wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot owocowy 250ml	625 50
Podwiecz	Kefir naturalny (*7) 200g	102	Kefir naturalny (*7) 200g	102	Kefir naturalny (*7) 200g	102	Kefir naturalny (*7) 200g Migdały(+8) 10g	102 62	Kefir naturalny (*7) 200g	102
Kolacja	Leczo na ciepło z kurczakiem i ziołami prowansalskimi 200g Pomidor 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	178 9 261 116	Leczo na ciepło z kurczakiem i ziołami prowansalskimi 200g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	178 9 263 116	Leczo na ciepło z kurczakiem i ziołami prowansalskimi 200g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c250ml	178 9 263 116	Leczo na ciepło z kurczakiem i ziołami prowansalskimi 200g Pomidor 50g Chleb razowy (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	178 9 251 116	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	545
Nocny	Bułka razowa z mix roślinnym, mozzarellą, szynką drobiową, sałatą i papryką (*7*1*6+9+10) 100g Banan 120g	177 100	Bułka pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, szynką drobiową, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Banan 120g	182 100	Bułka pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, szynką drobiową, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Banan 120g	182 100	Bułka razowa z mix roślinnym, mozzarellą, szynką drobiową, sałatą i papryką (*1*7*6+9+10) 100g Papryka 100g	177 22		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2454 Białko ogółem [g]: 100,26 Tłuszcz[g]: 89,04 w tym tłuszcze nasycone[g]: 28,03 Węglowodany ogółem[g]: 333,27 w tym cukry[g]: 57,64 Błonnik[g]: 31,72 Sód [g]: 2,44		Wartość energet. [kcal] 2482 Białko ogółem [g]: 98,54 Tłuszcz[g]: 87,02 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]2462 Białko ogółem [g] 96,23 Tłuszcz[g] 84.12 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] 2359 Białko ogółem [g]: 97,34 Tłuszcz[g]83,59 w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,04 Węglowodany ogółem[g]: 280,67 w tym cukry[g]:37,34 Błonnik[g]:36,78 Sód [g]: 2,14		Wartość energet. [kcal]2005 Białko ogółem [g] 70,12 Tłuszcz[g] 50.45 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 284.34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 1,99	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

11.11.2025-20.11.2025

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, 12 listopada 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	145	Kawa Inka na mleku 2% (*) 250ml	145	Kawa Inka na mleku 2% (*) 250ml	145	Poledwica drobiowa z majerankiem (+1+9+10+11) 20g	25	Płatki owsiane na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	589
	Pasztet zapiekany drobiowy (*1*3*9+7+6) 50g	156	Poledwica drobiowa z majerankiem (+1+9+10+11) 60g	52	Poledwica drobiowa z majerankiem (+1+9+10+11) 60g	52	Pasztet zapiekany drobiowy (*1*3*9+6) 50g	156		
	Mozzarella plastry (*7) 30g	56	Mozzarella plastry (*7) 30g	56	Mozzarella plastry (*7) 30g	56	Mozzarella plastry (*7) 30g	56		
	Ogórek 50g		Pomidor 50g	1	Pomidor 50g	7	Ogórek 50g	6	Herbata 250ml	
Rukola 5g	6	Rukola 5g	263	Rukola 5g	263	Rukola 5g	1			
Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	1	Chleb pszenny (*1)100g	116	Chleb pszenny (*1)100g	116	Chleb razowy (*1)100g	251			
Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	261	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g		Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g		Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116			
Herbata b/c 250ml	116	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml				
II śniadanie	Gruszka 150g	85	Galaretką owocową bez cukru 123g	100	Galaretką owocową bez cukru 123g	100	Gruszka 150g	85	Sok owocowy 300ml	81
Obi	Zupa brokułowa na wywarze mięsno-warzywnym z lanym ciastem (*1*3*7*9) 400ml	256	Zupa brokułowa na wywarze mięsno-warzywnym z lanym ciastem (*1*3*7*9) 400ml	256	Zupa brokułowa na wywarze mięsno-warzywnym z lanym ciastem (*1*3*7*9) 400ml	256	Zupa brokułowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml	238	Zupa brokułowa (*7*9) ziemniaki, mięso wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
	Pierś z kurczaka gotowana z sosem z włośzczyzny (*7*1) 100g/50ml	245	Pierś z kurczaka gotowana z sosem z włośzczyzny (*7*1) 100g/50ml	245	Pierś z kurczaka gotowana z sosem z włośzczyzny (*7*1) 100g/50ml	245	Pierś z kurczaka gotowana z sosem z włośzczyzny (*7*1) 100g/50ml	245		
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	32	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142		
	Surówka z rzodkwi białej i jabłka z olejem rzepakowym 70g	54	Szpinak gotowany 50g	18	Szpinak gotowany 50g	18	Surówka z rzodkwi białej i jabłka z olejem rzepakowym 70g	54	Kompot owocowy 250ml	
Szpinak gotowany 50g	18	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Szpinak gotowany 50g	18		50	
Kompot wieloowocowy 250ml	50					Woda 500ml				
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 dyni 15g i serem feta (*7+8) 130g	132	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, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	545
	Poledwica sopocka wieprzowa (*6+9+10+11) 20g	45	Poledwica sopocka wieprzowa (*6+9+10+11) 30g	45	Poledwica sopocka wieprzowa (*6+9+10+11) 30g	45	Poledwica sopocka wieprzowa (*6+9+10+11) 30g	45	Herbata 250ml	
	Rzodkiew biała tarta 50g	7	Pomidor 50g	7	Pomidor 50g	7	Rzodkiew biała tarta 50g	7		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	251		
Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	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, polewającą sopocką, jajkiem, sałatą i papryką (*7*1*6+9+10) 100g	188	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, polewającą sopocką, jajkiem, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	198	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, polewającą sopocką, jajkiem, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	198	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, polewającą sopocką, jajkiem, sałatą i papryką (*1*7*6+9+10) 100g	188		
	Sok owocowy 300ml	82	Sok owocowy 300ml	82	Sok owocowy 300ml	84	Pomidor 100g	22		

WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2402 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] 2392 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] 2392 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] 2335 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

11.11.2025-20.11.2025

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, 13 listopada 2025										
	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal
Śniadanie	Płatki jaglane na mleku (*7) 350ml	245	Płatki jaglane na mleku (*7) 350ml	245	Płatki jaglane na mleku (*7) 350ml	245	Mozzarella *7/20g	47	Płatki jaglane na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	589
	Chleb mieszany, ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	251		
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116		
	Jajko gotowane (*3) 50g/1szt/ w sosie koperkowym (*7) 20g	92	Jajko gotowane (*3) 50g/1szt/ w sosie koperkowym (*7) 20g	92	Kiełbasa krakowska chuda wieprzowa (+1+9+10)50g	65	Jajko gotowane (*3) 50g/1szt/ w sosie koperkowym (*7) 20g	92	Herbata 250ml	
	Kiełbasa krakowska chuda wieprzowa (+1+9+10) 40g	45	Kiełbasa krakowska chuda wieprzowa (+1+9+10) 40g	45	Mozzarella plastry (*7) 20g	36	Kiełbasa krakowska chuda wieprzowa (+1+9+10) 40g	45		
	Pomidor 50g	7	Pomidor 50g	7	Pomidor 50g	7	Pomidor 50g	7		
	Rukola 5g	1	Rukola 5g	1	Rukola 5g	1	Rukola 5g	1		
	Herbata b/c 250ml	1	Herbata b/c 250ml	1	Herbata b/c 250ml	1	Herbata b/c 250ml	1		
II śniadanie	Banan 120g	110	Banan 120g	110	Banan 120g	110	Pomarańcza 150g	112	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
	Pyzy z mięsem wieprzowo- drobiowym gotowane okraszone cebulką (*1*3+6+9+10) 6szt.250g	525	Pyzy z mięsem wieprzowo- drobiowym gotowane okraszone cebulką (*1*3+6+9+10) 6szt.250g	525	Pyzy z mięsem wieprzowo- drobiowym gotowane okraszone cebulką (*1*3+6+9+10) 6szt.250g	525	Sos z szynki wieprzowej chudej z warzywami (*1*7*9) 150g	245	Kompot wieloowocowy 250ml	
	Surówka z jabłka i marchewki z olejem rzepakowym 70g	52	Marchewka gotowana z masłem (*7) 70g	32	Marchew gotowana z masłem (*7) 70g	32	Ryż brązowy 200g	256		
	Kalafior gotowany 50g	18	Kalafior gotowany 50g	18	Kalafior gotowany 50g	18	Surówka z jabłka i marchewki z olejem rzepakowym 70g	52		
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kalafior gotowany 50g	18		
Podwieczorko	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	Ser żółty (*7)50g	162	Szynka drobiowa (*1+6+7+9) 50g	52	Szynka drobiowa (*1+6+7+9) 50g	52	Szynka drobiowa (*1+6+7+9) 40g	42	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	Pasta warzywna (*9) 50g	45		
	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	Herbata 250ml	
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g	116		
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, poledwica drobiową, mozzarellą sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g	203	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwica drobiową, mozzarellą sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	213	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwica drobiową, mozzarellą sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	213	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, poledwica 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	Ogórek świeży słupki 100g	17		
Wartość energet. [kcal] 2508		Wartość energet. [kcal] 2427		Wartość energet. [kcal]2411		Wartość energet. [kcal] 2376		Wartość energet. [kcal]2035		
Białko ogółem [g]: 112,34		Białko ogółem [g]: 97,98		Białko ogółem [g]: 96,04		Białko ogółem [g]:95,63		Białko ogółem [g] 73,34		
Tłuszcz[g]: 89,87		Tłuszcz[g]: 76,12		Tłuszcz[g]: 73,02		Tłuszcz[g]: 71,123		Tłuszcz[g] 55,32		
w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05		w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56		w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56		w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03		w tym nasycone [g] 22,23		
Węglowodany ogółem[g]: 329,07		Węglowodany ogółem[g]: 338,23		Węglowodany ogółem[g]: 337,02		Węglowodany ogółem[g]: 284,12		Węglowodany ogółem [g] 302,34		
w tym cukry[g]: 50,65		w tym cukry[g]: 50,245		w tym cukry[g]: 50,245		w tym cukry[g]: 41,64		W tym cukry [g] 30,22		
Błonnik[g]: 33,09		Błonnik[g]:26,12		Błonnik[g]:26,12		Błonnik[g]:31,99		Błonnik[g] 22,45		
Sód [g]: 2,56		Sód [g]: 2,39		Sód [g]: 2,35		Sód [g]: 2,34		Sód [g] 2,05		

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

11.11.2025-20.11.2025

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, 14 listopada 2025

Piątek, 14 listopada 2025										
	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal
Śniadanie	Kasza jaglana na mleku (*7)350ml Pasta twarogowa z pomidorami (*7) 70g Połędwica rubinowa wieprzowa 20g(+1+9+10) Papryka 50g Roszponka 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	245 92 35 10 1 261 116	Kasza jaglana na mleku (*7)350ml Pasta twarogowa z pomidorami (*7) 70g Połędwica rubinowa wieprzowa 20g(+1+9+10) Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	245 92 35 9 1 263 116	Kasza jaglana na mleku (*7)350ml Pasta twarogowa z pomidorami (*7) 70g Połędwica rubinowa wieprzowa 20g(+1+9+10) Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	245 92 35 9 1 263 116	Jajko gotowane 1szt./50g *3 Pasta twarogowa z pomidorami (*7) 70g Połędwica rubinowa wieprzowa 20g(+1+9+10) Papryka 50g Roszponka 5g Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	70 112 35 10 1 251 116	Kasza jaglana na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata z cukrem 250ml	589
II śniad	Gruszka 160g	85	Mus owocowy 100%/100g	45	Mus owocowy 100%/100g	45	Gruszka 160g	85	Sok owocowy 300ml	82
Obiad	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno-warzywnym z zacierką (*1*7*9) 400ml Ryba morszczuk panierowana i smażona z sosem po grecku (*1,*4,*3) 100g/50g Surówka z kapusty kiszzonej i marchewki z olejem rzepakowym 70g Mizeria z sałaty *7 50g Ziemniaki gotowane 200g Kompot owocowy 250ml	245 256 48 21 142 50	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno-warzywnym z zacierką (*1*7*9)400ml Ryba morszczuk parowany z koperkiem i masłem z sosem po grecku (*1,*4*3) 100g/50g Bukiet warzyw z masłem (*7) 70g Mizeria z sałaty *7 50g Ziemniaki gotowane 200g Kompot owocowy 250ml	245 245 35 21 142 50	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno-warzywnym z zacierką (*1*7*9)400ml Ryba morszczuk parowany z koperkiem parowany i masłem z sosem po grecku (*1,*4,*3) 100g/50g Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 70g Mizeria z sałaty *7 50g Ziemniaki gotowane 200g Kompot owocowy 250ml	245 245 35 21 142 50	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno-warzywnym z makaronem razowym (*1*7*9) 400ml Ryba morszczuk parowana z koperkiem i masłem z sosem po grecku. (*1,*4,*3) 100g/50g Surówka z kapusty kiszzonej i marchewki z olejem rzepakowym 100g Mizeria z sałaty *7 50g Ziemniaki gotowane 200g Woda 500ml	237 245 48 21 142	Zupa szpinakowa (*1*7*9) , ziemniaki, ryba na parze (*4), szpinak, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot owocowy 250ml	625 50
Podwie	Kefir naturalny (*7) 200g	102	Kefir naturalny (*7) 200g	102	Kefir naturalny (*7) 200g	102	Kefir naturalny (*7) 200g Migdały (*8) 10g	102 62	Kefir naturalny (*7) 200g	102
Kolacja	Risotto z kurczakiem i warzywami na ciepło (*9) 200g Ogórek 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	176 4 261 116	Risotto z kurczakiem i warzywami na ciepło (*9) 200g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	176 7 263 116	Risotto z kurczakiem i warzywami na ciepło (*9) 200g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	176 7 263 116	Risotto z ryżu brązowego z kurczakiem i warzywami na ciepło (*9) 200g Ogórek 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	187 4 251 116	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	545
Nocny	Bułka razowa z mix roślinnym, mozzarellą ,połędwica wieprzowa sałatą i pomidorem (*7*1*6+9+10) 100g Sok owocowy 300ml	188 82	Bułka pszenna z mix roślinnym, mozzarellą połędwica wieprzowa,salaatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Sok owocowy 300ml	176 99	Bułka pszenna z mix roślinnym, mozzarellą połędwica wieprzową,salaatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Sok owocowy 300ml	176 82	Bułka razowa z mix roślinnym, mozzarellą, połędwicą wieprzową sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g 300ml Papryka 100g	188 22		
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

11.11.2025-20.11.2025

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, 15 listopada 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 na mleku 2% (*) 250ml Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Pasta jajeczna z koperkiem (*4) 80g Dżem truskawkowy 25g Ogórek kiszony 50g Kiełki rzodkiewki 5g Herbata b/c 250ml	168 261 116 102 40 6 1	Kakao na mleku 2% (*) 250ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Pasta jajeczna z koperkiem (*4) 80g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Sałata 1liść/5g Herbata b/c 250ml	168 263 116 102 40 7 1	Kakao na mleku 2% (*) 250ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Pasta jajeczna z białek jaj z koperkiem (*4) 80g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Sałata 1 liść /5g Herbata b/c 250ml	168 263 116 68 40 7 1	Połędwica sopocka (*6+9+10+11) 30g Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 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	Banan 120g	110	Banan 120g	110	Banan 120g	110	Jabłko 150g	75	Mus owocowy 100% bez cukru /100g	54
Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9)400ml Gulasz drobiowy z warzywami i natką (*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 i natką (*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 i natką (*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 i natką (*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 (*) 100g	90	Jogurt owocowy (*) 100g	90	Jogurt owocowy (*) 100g	90	Jogurt naturalny (*) 100g Pestki dyni (*) 15g	60 56	Jogurt owocowy (*) 100g	90
Kolacja	Sałatka śledziowa z cebulką i papryką (*4) 100g Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 20g Pomidor 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	154 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	Sałatka śledziowa z cebulką i papryką (*4) 100g Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 20g Pomidor 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	154 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 Galaretką z owocami 123g	188 100	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwicą wieprzową,jajkiem sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Galaretką z owocami 123g	198 100	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwicą wieprzową, jajkiem sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Galaretką z owocami 123g	198 100	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, poledwicą wieprzową,jajkiem sałatą i papryką (*1*6+9+10) 100g Rzodkiew biała 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

11.11.2025-20.11.2025

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, 16 listopada 2025

	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku (*7+1) 400ml	256	Płatki jęczmienne na mleku (*7+1) 400ml	256	Płatki jęczmienne na mleku (*7+1) 400ml	256	Jajko gotowane (*3) 50g/1szt	70	Płatki jęczmienne na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	589
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	251		
II śniadanie	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	
	Kiełbasa drobiowa na ciepło (*1*6+7+9+10) 100g	196	Kiełbasa drobiowa na ciepło (*1*6+7+9+10) 100g	196	Szynka z indyka 75%/50g	54	Kiełbasa drobiowa na ciepło (*1*6*7*9*10) 100g	196		
	Musztarda (*10) 20g	18	Ketchup (*10) 20g	20	Pomidor 50g	9	Musztarda (*10) 20g	18		
	Papryka 50g	10	Pomidor 50g	9	Liść sałaty 5g	1	Papryka 50g	10		
	Kiełki rzodkiewki 5g	1	Herbata b/c 250ml	1	Herbata b/c 250ml		Kiełki rzodkiewki 5g	1		
	Herbata b/c 250ml						Herbata bez cukru 250ml			
II śniadanie	Ciasto drożdżowe(*1*3*7+6) 50g	126	Ciasto drożdżowe(*1*3*7+6) 50g	126	Ciasto drożdżowe(*1*3*7+6) 50g	126	Pomarańcza 150g	112	Sok owocowy 300ml	82
Obiad	Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z ryżem (*9) 400ml	186	Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z ryżem (*9) 400ml	186	Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z ryżem (*9) 400ml	186	Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z ryżem brązowym (*9) 400ml	184	Rosół (*9) ziemniaki, mięso drobiowe , mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
	Kotlet schabowy panierowany i smażony (*1*3) 100g	311	Schab wieprzowy pieczony z ziołami i przyprawami w sosie własnym (*9*7) 100g/50ml	268	Schab wieprzowy pieczony z ziołami i przyprawami w sosie własnym (*9*7) 100g/50ml	268	Schab wieprzowy pieczony z ziołami i przyprawami w sosie własnym (*9*7) 100g/50ml	268		
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142		
	Surówka z białej kapusty i marchwi z olejem rzepakowym 70g	62	Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 70g	35	Bukiet z warzyw gotowany z masłem (*7) 70g	35	Surówka z białej kapusty i marchwi z olejem rzepakowym 70g	62		
	Sałata z oliwą 50g	23	Sałata z oliwą 50g	23	Sałata z oliwą 50g	23	Sałata z oliwą 50g	23		
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml			
Podwie	Banan 120g	110	Banan 120g	110	Banan 120g	110	Sałatką ze świeżych warzyw z fetą i olejem rzepakowym z migdałami (+8) (*7) 160g	138	Jogurt naturalny *7/100g	60
Kolacja	Poledwica wiśniowa wieprzowa (*6+9+10+11) 40g	56	Poledwica wiśniowa wieprzowa (*6+9+10+11) 40g	56	Poledwica wiśniowa wieprzowa (*6+9+10+11) 40g	56	Poledwica wiśniowa wieprzowa (*6+9+10+11) 40g	56	Mięso drobiowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	511
	Twarożek z koperkiem (*7) 50g	66	Twarożek z koperkiem (*7) 50g	66	Twarożek z koperkiem (*7) 50g	66	Twarożek z koperkiem (*7) 50g	66		
	Ogórek kiszony 50g	6	Cukinia parzona 50g	7	Cukinia parzona 50g	7	Ogórek kiszony 50g	6		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	251		
	Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g	116		
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml			
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, poledwicą wieprzową, serem żółtym sałata i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g	179	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwicą drobiową, twarożkiem sałata i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	194	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwicą drobiową, twarożkiem,sałata i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	194	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, poledwicą wieprzową, serem żółtym sałata i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g	179		
	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%.100g	54	Pomidor 1szt.100g	18		
WARTOŚCI ODZTWCZE	Wartość energet. [kcal] 2570		Wartość energet. [kcal] 2530		Wartość energet. [kcal] 2408		Wartość energet. [kcal] 2420		Wartość energet. [kcal]2037	
	Białko ogółem [g]: 116,26		Białko ogółem [g]: 105,66		Białko ogółem [g]: 102,66		Białko ogółem [g]: 107,89		Białko ogółem [g] 72,12	
	Tłuszcz[g]: 98,04		Tłuszcz[g]: 87,12		Tłuszcz[g]: 85,12		Tłuszcz[g]: 90,65		Tłuszcz[g]61,45	
	w tym tłuszcze nasycone[g]: 30,03		w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05		w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05		w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03		w tym nasycone [g] 19,23	
	Węglowodany ogółem[g]: 331,27		Węglowodany ogółem[g]: 332,054		Węglowodany ogółem[g]: 332,054		Węglowodany ogółem[g]: 300,82		Węglowodany ogółem [g] 299,34	
w tym cukry[g]: 57,64		w tym cukry[g]: 53,19		w tym cukry[g]: 53,19		w tym cukry[g]:47,23		W tym cukry [g] 33,11		
Błonnik[g]: 38,72		Błonnik[g]: 30,12		Błonnik[g]: 30,12		Błonnik[g]: 46,09		Błonnik[g] 22,45		
Sód[g]: 2,42		Sód [g]: 2,33		Sód [g]: 2,33		Sód [g]:2,42		Sód[g] 2,7		

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

11.11.2025-20.11.2025

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, 17 listopada 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 Połędwica sopocka *6+7+8+9+10 40g Jajko gotowane (*3) 1szt./50g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	255 48 70 9 1 261 116	Płatki jaglane na mleku (*7)350ml Połędwica sopocka *6+7+8+9+10 40g Jajko gotowane (*3) 1szt./50g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	255 48 70 9 1 263 116	Płatki jaglane na mleku (*7)350ml Połędwica sopocka *6+7+8+9+10 40g Miód 15g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	255 48 40 9 1 263 116	Jogurt naturalny (*7) 100ml Połędwica sopocka *6+7+8+9+10 40g Jajko gotowane (*3) 1szt./50g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	60 48 70 9 1 251 116	Płatki jaglane na mleku 350ml (*7+1), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml	602
II śniadanie	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Gruszka 150g	85	Serek wiejski (*7) 150g	142
Obiad	Zupa fasolowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Spaghetti po bolońsku z sosem pomidorowym z mięsem wieprzowo-drobiowym 350g(*1*3*7) Jabłko 1szt./150g Kompot owocowy 250ml	302 502 75 50	Zupa wiejska na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Spaghetti po bolońsku z sosem pomidorowym z mięsem wieprzowo-drobiowym 350g(*1*3*7) Banan 1szt./150g Kompot owocowy 250ml	221 502 110 50	Zupa wiejska na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Spaghetti po bolońsku z sosem pomidorowym z mięsem wieprzowo-drobiowym 350g(*1*3*7) Banan 1szt./150g Kompot owocowy 250ml	221 502 110 50	Zupa fasolowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Spaghetti po bolońsku z sosem pomidorowym z mięsem wieprzowo-drobiowym z makaronem pełnoziarnistym 350g(*1*3*7) Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki z olejem rzepakowym z pestkami słonecznika 100g Woda 500ml	302 490 81	Zupa wiejska (*7*9) ziemniaki, mięso wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot owocowy 250ml	625 50
Podwie	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g Pestki dyni (*8) 10g	142 56	Mus owocowy 100%/100g	54
Kolacja	Mozzarella plastry (*7) 40g Połędwica drobiowa (*6+9+10+11) 40g Rzodkiew biała tarta 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	67 45 7 261 116	Mozzarella plastry (*7)40g Połędwica drobiowa (*6+9+10+11) 40g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	67 45 9 263 116	Mozzarella plastry (*7) 40g Połędwica drobiowa (*6+9+10+11) 40g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	67 45 9 263 116	Mozzarella plastry (*7) 40g Połędwica drobiowa (*6+9+10+11) 40g Rzodkiew biała tarta 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata bez cukru 250ml	67 45 7 251 116	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	545
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, serem żółtym, jajkiem,sałatą i ogórkiem (*7*1*6+9+10) 100g Sok owocowy 300ml	198 82	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, jajkiem sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Sok owocowy 300ml	202 82	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, jajkiem sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Sok owocowy 300ml	202 82	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, serem żółtym, jajkiem, sałatą i ogórkiem (*1*7*6+9+10) 100g Surówka z marchewki z olejem rzepakowym i pestkami słonecznika 100g	198 55		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2615 Białko ogółem [g]: 119,26 Tłuszcz[g]: 92,04 w tym tłuszcze nasycone[g]: 28,03 Węglowodany ogółem[g]: 341,27 w tym cukry[g]: 57,64 Błonnik[g]: 39,72 Sód[g]: 2,43		Wartość energet. [kcal]2558 Białko ogółem [g] 110,23 Tłuszcz[g] 78.12 w tym nasycone [g] 14,234 Węglowodany ogółem [g] 338,08 W tym cukry [g] 49,98 Błonnik[g] 27,24 Sód [g] 2,41		Wartość energet. [kcal]2538 Białko ogółem [g] 109,23 Tłuszcz[g] 73.12 w tym nasycone [g] 14,234 Węglowodany ogółem [g] 338,08 W tym cukry [g] 49,98 Błonnik[g] 27,24 Sód [g] 2,41		Wartość energet. [kcal] 2606 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

11.11.2025-20.11.2025

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, 18 listopada 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% (*) 150ml	145	Kawa Inka na mleku 2% (*) 150ml	145	Kawa Inka na mleku 2% (*) 150ml	145	Kefir (*) 200ml	102	Płatki owsiane na mleku (*)+1)	602
	Ser żółty (*) 50g	147	Pasta twarogowa z zieleciną (*)60g	82	Pasta twarogowa z zieleciną (*)60g	82	Pasta twarogowa z zieleciną (*)60g	82	mleko w proszku (*)7, miód, bułka pszena (*)1)	
	Szynka drobiowa(*1+6+9+10)20g/ 1 plaster	19	Szynka drobiowa(*1+6+9+10)20g/ 1 plaster	19	Szynka drobiowa(*1+6+9+10)20g/ 1 plaster	19	Szynka drobiowa(*1+6+9+10)20g / 1 plaster	19	450ml	
	Ogórek 50g	6	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Ogórek 50g	6	Herbata 250ml	
	Rukola 5g	1	Rukola 5g	1	Rukola 5g	1	Rukola 5g	1		
	Chleb mieszcany ziarnisty (*)100g	261	Chleb pszenny (*)100g	263	Chleb pszenny (*)100g	263	Chleb razowy (*)100g	1		
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g	251		
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml	116		
II śniadanie	Banan 150g	110	Banan 150g	110	Banan 150g	110	Pomarańcza 150g	112	Sok owocowy 300ml	82
Obiad	Zupa ogórkowa z ryżem na wywarze mięsno-warzywnym (*)7*9) 400ml	246	Zupa marchwianka z ryżem na wywarze mięsno-warzywnym (*)1*7*9) 400ml	246	Zupa marchwianka z ryżem na wywarze mięsno-warzywnym (*)1*7*9) 400ml	246	Zupa ogórkowa z ryżem brązowym na wywarze mięsno-warzywnym (*)7*9) 400ml	238	Zupa marchwianka (*)7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*)7,	625
	Udko drobiowe pieczone 140g	201	Udko drobiowe pieczone 140g	201	Udko drobiowe pieczone 140g	201	Udko drobiowe pieczone 140g	201	śmietana (*)7) 450ml	
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Kompot	
	Surówka z czerwonej kapusty, marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 70g	47	Marchewka gotowana z masłem (*)7)70g	32	Marchewka gotowana z masłem (*)7)70g	32	Surówka z czerwonej kapusty, marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 70g	47	wielooowocowy 250ml	
	Szpinak gotowany z masłem *7 50g	22	Szpinak gotowany z masłem *7 50g	22	Szpinak gotowany z masłem *7 50g	22	Szpinak gotowany z masłem *7 50g	22		
Kompot wielooowocowy 250ml	50	Kompot wielooowocowy 250ml	50	Kompot wielooowocowy 250ml	50	Kompot wielooowocowy 250ml	50		50	
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
							Orzechy włoskie (*)8) 10g	65		
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),	545
	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	marchew, pietruszka, oliwa, masło (*)7), kasza manna (*)1) 450ml	
	Chleb mieszcany ziarnisty (*)1)100g	261	Chleb pszenny (*)1)100g	263	Chleb pszenny (*)1)100g	263	Chleb razowy (*)1)100g	251	Herbata 250ml	
	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		
Nocny	Bułka razowa z mix roślinnym, połędwicą sopocką, jajkiem,sałatą i ogórkiem kiszonym (*)7*1*6+9+10) 100g	188	Bułka pszena z mix roślinnym, połędwicą sopocką, jajkiem, sałatą i pomidorem (*)1*7*6+9+10) 100g	198	Bułka pszena z mix roślinnym, połędwicą sopocką jajkiem,sałatą i pomidorem (*)1*7*6+9+10) 100g	198	Bułka razowa z mix roślinnym, połędwicą sopocką, jajkiem,sałatą i ogórkiem kiszonym(*)7*6+9+10) 100g	188		
	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Papryka 100g	22		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2475 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

11.11.2025-20.11.2025

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, 19 listopada 2025										
	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1) 350ml	256	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1) 350ml	256	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1) 350ml	256	Mozzarella *7/20g	46	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1),	602
	Chleb mieszany, ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	251	jęczmienne na mleku (*7*1),	
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	mleko w proszku (*7),	
	Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 70g	112	Pasta jajeczna z koperkiem(*3) 70g	102	Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 30g	116	Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 70g	112	miód, bułka pszenna (*1)	
	Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 30g	35	Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 30g	35	Pasta z białek jaj z koperkiem (*3) 70g	35	Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 30g	35	450ml	
	Ogórek 50g	6	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Ogórek 50g	6	Herbata 250ml	
	Kiełki rzodkiewki 5g	1	Salata 1 liść/ 5g	1	Salata 1 liść/ 5g	1	Kiełki rzodkiewki 5g	1		
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata bez cukru 250ml			
II śniadanie	Jabłko 150g	75	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Jabłko 150g	75	Mus owocowy 100%/100g	54
Obiad	Barszcz czerwony z fasolą i ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml	262	Barszcz czerwony z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9)400ml	245	Barszcz czerwony z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9)400ml	245	Barszcz czerwony z fasolą i ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml	262	Barszcz czerwony (*7*9) ziemniaki,	625
	Kotlet mielony drobiowy pieczony (*1*3*9) 100g	256	Klops drobiowy pieczony w sosie (*1*3*9) 100g/50ml	256	Klops drobiowy pieczony w sosie (*1*3*9) 100g/50ml	256	Klops drobiowy pieczony w sosie (*1*3*9) 100g/50ml	256	mięso wieprzowe ,	
	Kasza gryczana 200g	242	Kasza jęczmienna *1 200g	218	Kasza jęczmienna *1 200g	218	Kasza gryczana 200g	242	mleko w proszku (*7),	
	Salatka szwedzka z olejem rzepakowym 70g	28	Cukinia gotowana z masłem 70g	23	Cukinia gotowana z masłem *7 70g	23	Salatka szwedzka z olejem rzepakowym 70g	28	śmietana (*7)	
	Kalafior gotowany 50g	17	Kalafior gotowany 50g	17	Kalafior gotowany 50g	17	Kalafior gotowany 50g	17	450ml	
Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	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
							Pestki słonecznika (+8) 10g	54		
Kolacja	Pasta z łososia i twarogu z koperkiem (*4*7) 70g	92	Pasta z łososia i twarogu z koperkiem (*4*7) 70g	92	Pasta z łososia i twarogu z koperkiem (*4*7) 70g	92	Pasta z łososia i twarogu z koperkiem (*4*7) 70g	92	Mięso wieprzowe,	545
	Dżem truskawkowy 25g	40	Dżem truskawkowy 25g	40	Dżem truskawkowy 25g	40	Polędwica sopocka	25	jajko(*3),	
	Papryka 50g	10	Pomidor 50g	7	Pomidor 50g	7	wieprzowa (*6+7+9)20g	25	seler(*9),	
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Papryka 50g	10	marchew,	
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83% (*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83% (*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Chleb razowy (*1)100g	251	pietruszka,	
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	oliwa, masło (*7), kasza manna (*1)		
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		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, mozzarella, sałatą, ogórkiem i masłem roślinnym (*1*7+6+9+10) 1szt.	203	Kanapka tostowa pszenna z szynką drobiową, mozzarella, sałatą, pomidorem i masłem roślinnym (*1*7+6+9+10) 1szt.	213	Kanapka tostowa pszenna z szynką drobiową, mozzarella, sałatą, pomidorem i masłem roślinnym (*1*7+6+9+10) 1szt.	213	Kanapka tostowa razowa z szynką drobiową, mozzarella, sałatą, ogórkiem i masłem roślinnym (*1*7+6+9+10) 1szt.	203		
	Sok owocowy 300ml	84	Sok owocowy 300ml	84	Sok owocowy 300ml	84	Ogórek świeży 100g	17		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2487 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

11.11.2025-20.11.2025

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, 20 listopada 2025										
	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kc al
Śniadanie	Płatki jaglane na mleku (*) 350ml Paszтет drobiowy zapiekany (*6+1+10) 60g Twaróg plaster (*) 30g Pomidor 50g Rukola 5g Chleb mieszany ziarnisty (*)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Herbata b/c 250ml	255 142 45 9 1 261 116	Płatki jaglane na mleku (*) 350ml Szynka drobiowa (*6+1+10) 50g Twaróg plaster (*) 30g Pomidor 50g Rukola 5g Chleb pszenny (*)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Herbata b/c 250ml	255 52 45 9 1 263 116	Płatki jaglane na mleku (*) 350ml Szynka drobiowa (*6+1+10) 50g Twaróg plaster (*) 30g Pomidor 50g Rukola 5g Chleb pszenny (*)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Herbata b/c 250ml	255 52 45 9 1 263 116	Kefir *7/200ml Szynka drobiowa (*6+1+10) 60g Twaróg plaster (*) 30g Pomidor 50g Rukola 5g Chleb razowy (*)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Herbata b/c 250ml	102 52 45 9 1 251 116	Płatki jaglane na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml	589
II śniadanie	Gruszka 150g	85	Banan 160g	110	Banan 160g	110	Gruszka 150g	85	Sok owocowy 300ml	82
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml Gulasz z szynki wieprzowej (*1*9) 150g 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 makaronem na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml Gulasz z szynki wieprzowej (*1*9) 150g 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 makaronem na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml Gulasz z szynki wieprzowej (*1*9) 150g 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 makaronem razowym na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml Gulasz z szynki wieprzowej (*1*9) 150g 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 wieloowocowy 250ml	625 50
Podwie	Jogurt naturalny (*) 100g	60	Jogurt owocowy (*) 100g	90	Jogurt owocowy (*) 100g	90	Jogurt naturalny (*) 100g Migdały (*8) 10g	60 62	Jogurt owocowy (*) 150g	125
Kolacja	Polędwica sopocka wieprzowa (*6*9*10) 50g Pasta warzywna (*9) 50g Ogórek kiszony 50g Chleb mieszany ziarnisty (*) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	65 45 6 261 116	Polędwica sopocka wieprzowa (*6*9*10) 50g Pasta warzywna (*9) 50g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	65 45 7 263 116	Polędwica sopocka wieprzowa (*6*9*10) 50g Pasta warzywna (*9) 50g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	65 45 7 263 116	Polędwica sopocka wieprzowa (*6*9*10) 50g Pasta warzywna (*9) 50g Ogórek kiszony 50g Chleb razowy (*) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	65 45 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 szynką drobiową, twarożkiem, sałata, ogórkiem i masłem roślinnym(*1*7+6+9+10) 1szt. Galaretka z owocami 123g	184 100	Kanapka tostowa pszenna z szynką drobiową, twarożkiem, sałata, pomidorem i masłem roślinnym (*1*7+6+9+10) 1szt. Galaretka z owocami 123g	194 100	Kanapka tostowa pszenna z szynką drobiową, twarożkiem, sałata, pomidorem i masłem roślinnym (*1*7+6+9+10) 1szt. Galaretka z owocami 123g	194 100	Kanapka tostowa razowa z szynką drobiową, twarożkiem, sałata, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Papryka słupki 100g	143 22		
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] 2431 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 sporządził(a): Patrycja Wójtowicz
na zlecenie i wg wytycznych firmy cateringowej PPUH Natalia Madej