

JADŁOSPIS- Poliklinika MSWiA

11.01.2026-20.01.2026

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

Niedziela, 11 stycznia 2026					
	Dieta podstawowa (D01)	Dieta łatwostrawna (D02)	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(D05)	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(D03)	Dieta papkowata(D11)
Śniadanie	Kasza manna na mleku (*1*7) 400ml Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Kielbasa drobiowa na ciepło (*1*6+7+9+10) 100g Musztarda (*10) 20g Rzodkiew biała 50g Rukola 5g Herbata b/c 250ml	Kasza manna na mleku (*1*7) 400ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Kielbasa drobiowa na ciepło (*1*6+7+9+10) 100g Kecup (*10) 20g Pomidor 50g Rukola 5g Herbata b/c 250ml	Kasza manna na mleku (*1*7) 400ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 50g Dżem 25g Pomidor 50g Rukola 5g Herbata b/c 250ml	Kefir *7/200ml Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Kielbasa drobiowa na ciepło (*1*6+7+9+10) 100g Musztarda (*10) 20g Rzodkiew biała 50g Liść sałaty 5g Herbata bez cukru 250ml	Kasza manna na mleku (*7*1), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml Jogurt naturalny *7 100g
II śniadanie	Babka drożdżowa(*1*3*7+6) 50g	Babka drożdżowa(*1*3*7+6) 50g	Babka drożdżowa(*1*3*7+6) 50g	Jabłko 150g Migdały (*8) 10g	
Obiad	Rosół na wywarze mięsno-warzywnym z zacierką (*1*3*9) 400ml Kotlet schabowy panierowany i smażony (*1*3) 110g Ziemniaki 200g Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g Fasolka szparagowa 50g Kompot owocowy 250ml	Rosół na wywarze mięsno-warzywnym z zacierką (*1*3*9) 400ml Schab wieprzowy gotowany w delikatnym jasnym sosie (*1*7+9) 100g/30ml Ziemniaki 200g Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g Szpinak gotowany 50g Kompot owocowy 250ml	Rosół na wywarze mięsno-warzywnym z zacierką (*1*3*9) 400ml Schab wieprzowy gotowany w delikatnym jasnym sosie (*1*7+9) 100g/30ml Ziemniaki 200g Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g Szpinak gotowany 50g Kompot owocowy 250ml	Rosół na wywarze mięsno-warzywnym z makaronem razowym (*1*9) 400ml Schab wieprzowy gotowany w delikatnym jasnym sosie (*1*7+9) 100g/30ml Ziemniaki 200g Surówka z czerwonej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 70g Fasolka szparagowa 50g Woda 500ml	Rosół (*7,*9), ziemniaki, mięso wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml
Podwie	Banan 120g	Banan 120g	Banan 120g	Jogurt naturalny *7/100ml	Mus owocowy 100%/100g
Kolacja	Ser żółty (*7) 50g Połędwica drobiowa (+1+6+9+10) 20g Pomidor 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Twarożek z natką pietruszki (*7) 70g Połędwica drobiowa (+1+6+9+10) 20g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Twarożek z natką pietruszki(*7) 70g Połędwica drobiowa (+1+6+9+10) 20g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c250ml	Twarożek z natką pietruszki(*7) 70g Połędwica drobiowa (+1+6+9+10) 20g Pomidor 50g Chleb razowy (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml
Noeny	Kanapka tostowa razowa z szynką, twarożkiem, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Jabłko 120g	Kanapka tostowa pszenna z szynką, twarożkiem, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Jabłko 120g	Kanapka tostowa pszenna z szynką, twarożkiem, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Jabłko 120g	Kanapka tostowa razowa z szynką, twarożkiem, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Rzodkiew talarki 100g	
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2519 Białko ogółem [g]: 113,26 Tłuszcz[g]: 85,04 w tym tłuszcze nasycone[g]: 28,03 Węglowodany ogółem[g]: 333,27 w tym cukry[g]: 57,64 Błonnik[g]: 37,72 Sód [g]: 2,72	Wartość energet. [kcal]2496 Białko ogółem [g]: 99,63 Tłuszcz[g]: 78,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 337,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:31,99 Sód [g]: 2,56	Wartość energet. [kcal]2496 Białko ogółem [g]: 99,63 Tłuszcz[g]: 78,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 337,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:31,99 Sód [g]: 2,56	Wartość energet. [kcal] 2212 Białko ogółem [g]:95,54 Tłuszcz[g]: 72,31 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 299,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:39,99 Sód[g]: 2,32	Wartość energet. [kcal]2002 Białko ogółem [g] 68,45 Tłuszcz[g] 49.12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 294.34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 2,11

JADŁOSPIS- Poliklinika MSWiA

11.01.2026-20.01.2026

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

Poniedziałek, 12 stycznia 2026					
	Dieta podstawowa (D01)	Dieta łatwostrawna (D02)	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(D05)	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(D03)	Dieta papkowata(D11)
Śniadanie	Kakao na mleku 2% tł. *7 250ml Jajko w sosie jogurtowo-koperkowym (*7*3) 50g/30ml Połudwica sopocka wieprzowa (*6+9+10) 40g Ogórek kiszony 50g Roszponka 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Kakao na mleku 2% tł. *7 250ml Jajko w sosie jogurtowo-koperkowym (*7*3) 50g/30ml Połudwica sopocka wieprzowa (*6+9+10) 40g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Kakao na mleku 2% tł. *7 250ml Połudwica sopocka wieprzowa (*6+9+10) 60g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Twaróg *7/30g Jajko w sosie jogurtowo-koperkowym (*7*3) 50g/30ml Połudwica sopocka wieprzowa (*6+9+10) 40g Ogórek kiszony 50g Roszponka 5g Chleb razowy (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Płatki jaglane na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml
II śniadanie	Mandarynka 100g	Galaretka z owocami 123g	Galaretka z owocami 123g	Mandarynka 100g Orzechy włoskie (*8) 10g	Mus owocowy 100%/100g
Obiad	Zupa fasolowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9)400ml Sos drobiowy z duszonym kurczakiem po chińsku (*1*9) 150g (100g mięsa) Ryż biały 200g Surówka z marchewki z olejem rzepakowym 70g Brokuł gotowany 50g Kompot owocowy 250ml	Zupa jarzynowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami(*7*9)400ml Gulasz drobiowy z warzywami (*1*7*9) 150g (100g mięsa) Ryż biały 200g Marchewka gotowana z masłem(*7) 70g Brokuł gotowany 50g Kompot owocowy 250ml	Zupa jarzynowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami(*7*9)400ml Gulasz drobiowy z warzywami (*1*7*9) 150g (100g mięsa) Ryż biały 200g Marchewka gotowana z masłem(*7) 70g Brokuł gotowany 50g Kompot owocowy 250ml	Zupa fasolowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9)400ml Sos drobiowy z duszonym kurczakiem po chińsku (*1*9) 150g (100g mięsa) Ryż brązowy 200g Surówka z marchewki z olejem rzepakowym 70g Brokuł gotowany 50g Woda 500ml	Zupa jarzynowa (*1*3*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml
Podi	Salátka ze świeżych warzyw z fetą i olejem rzepakowym (*7) 150g	Jogurt naturalny 100ml (*7)	Jogurt naturalny 100ml *7	Salátka ze świeżych warzyw z fetą i olejem rzepakowym (*7) 150g	Jogurt naturalny 100ml *7
Kolacja	Mozzarella plastry(*7)50g Szynka z indyka 75% (+6+9+10) 20g Papryka 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Mozzarella plastry(*7)50g Szynka z indyka 75% (+6+9+10) 20g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Mozzarella plastry(*7)50g Szynka z indyka 75% (+6+9+10) 20g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Mozzarella plastry(*7)50g Szynka z indyka 75% (+6+9+10) 20g Papryka 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Mięso drobiowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml
Noctny	Kanapka tostowa razowa z szynką wieprzową, twarogiem, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt./100g Pomidor 100g	Kanapka tostowa pszenna z szynką wieprzową, twarogiem, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt./100g Mus owocowy 100%/100g	Kanapka tostowa pszenna z szynką wieprzową, twarogiem, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt./100g Mus owocowy 100%/100g	Kanapka tostowa razowa z szynką wieprzową, twarogiem, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt./100g Pomidor 100g	

WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2543 Białko ogółem [g]: 112,76 Tłuszcz[g]: 93,34 w tym tłuszcze nasycone[g]: 30,23 Węglowodany ogółem[g]: 336,56 w tym cukry[g]: 58,23 Błonnik[g]: 42,03 Sód [g]: 2,42	Wartość energet. [kcal] 2400 Białko ogółem [g]: 104,65 Tłuszcz[g]: 82,112 w tym tłuszcze nasycone[g]: 28,30 Węglowodany ogółem[g]: 341,87 w tym cukry[g]: 57,18 Błonnik[g]: 29,72 Sód [g]: 2,55	Wartość energet. [kcal] 2400 Białko ogółem [g]: 104,65 Tłuszcz[g]: 82,112 w tym tłuszcze nasycone[g]: 28,30 Węglowodany ogółem[g]: 341,87 w tym cukry[g]: 57,18 Błonnik[g]: 29,72 Sód [g]: 2,55	Wartość energet. [kcal] 2453 Białko ogółem [g]: 106,34 Tłuszcz[g]: 85,59 w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,04 Węglowodany ogółem[g]: 323,67 w tym cukry[g]:40,34 Błonnik[g]:36,78 Sód [g]: 2,42	Wartość energet. [kcal]2101 Białko ogółem [g] 77,45 Tłuszcz[g] 62.12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 295.34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 1,84
--------------------------	---	--	--	---	--

JADŁOSPIS- Poliklinika MSWiA

11.01.2026-20.01.2026

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

Wtorek, 13 stycznia 2026					
	Dieta podstawowa (D01)	Dieta łatwostrawna (D02)	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(D05)	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(D03)	Dieta papkowata(D11)
S nia danie	Płatki jęczmienne na mleku (*1*7)350ml Pasta twarogowa z koperkiem (*) 70g Schab wieprzowy z kija (*6+9+10) 30g Pomidor 50g Rozszponka 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Herbata b/c 250ml	Płatki jęczmienne na mleku (*1*7)350ml Pasta twarogowa z koperkiem (*) 70g Schab wieprzowy z kija (*6+9+10) 30g Pomidor 50g Rozszponka 5g Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Herbata b/c 250ml	Płatki jęczmienne na mleku (*1*7)350ml Pasta twarogowa z koperkiem (*) 70g Schab wieprzowy z kija (*6+9+10) 30g Pomidor 50g Rozszponka 5g Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Herbata b/c 250ml	Jogurt naturalny *7/100g Pasta twarogowa z koperkiem (*) 70g Schab wieprzowy z kija (*6+9+10) 30g Pomidor 50g Rozszponka 5g Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Herbata b/c 250ml	Płatki jęczmienne na mleku (*1*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata z cukrem 250ml
II s nia danie e	Gruszka 150g	Mus owocowy bez cukru 100%/100g	Mus owocowy bez cukru 100%/100g	Gruszka 150g Migdały (*8) 10g	Mus owocowy 100%/100g
O b iad	Zupa pieczarkowa z makaronem na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml Pulpet ryżowo- mięsny wieprzowo-drobiowy gotowany w sosie pomidorowym (*7*9) 100g/ 80g mięsa, 20 g ryżu) /30ml Ziemniaki 200g Surówka z białej kapusty z olejem rzepakowym 70g Sałata z jogurtem *7/ 50g Kompot owocowy 250ml	Zupa wiejska z makaronem na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml Pulpet ryżowo- mięsny wieprzowo-drobiowy gotowany w sosie pomidorowym (*7*9) 100g/30ml Ziemniaki 200g Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7)70g Sałata z jogurtem *7/ 50g Kompot owocowy 250ml	Zupa wiejska z makaronem na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml Pulpet ryżowo- mięsny wieprzowo-drobiowy gotowany w sosie pomidorowym (*7*9) 100g/30ml Ziemniaki 200g Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7)70g Sałata z jogurtem *7/ 50g Kompot owocowy 250ml	Zupa pieczarkowa z makaronem razowym na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml Pulpet ryżowo- mięsny wieprzowo-drobiowy gotowany w sosie pomidorowym (*7*9) 100g/30ml Ziemniaki 200g Surówka z białej kapusty z olejem rzepakowym 70g Sałata z jogurtem *7/ 50g Woda 500ml	Zupa wiejska(*9), ziemniaki, mięso drobiowo-wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml
P od wiecz	Serek homogenizowany owocowy (*) 150g	Serek homogenizowany owocowy (*) 150g	Serek homogenizowany owocowy (*) 150g	Kefir (*) 200ml	Serek homogenizowany owocowy (*) 150g
K o l a c j a	Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym i piersią kureczaka (*9) 200g Ogórek 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym i piersią kureczaka (*9) 200g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym i piersią kureczaka (*9) 200g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c250ml	Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym i piersią kureczaka (*9) 200g Ogórek 50g Chleb razowy (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml
N o cny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, mozzarellą , szynką wieprzową, sałatą i ogórkiem (*7*1*6+9+10) 100g/1szt. Galaretki owocowa 123g	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, szynką wieprzową ,sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Galaretki owocowa 123g	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, szynką wieprzową ,sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Galaretki owocowa 123g	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, mozzarellą, szynką wieprzową, sałatą i ogórkiem (*1*7*6+9+10) 100g Papryka 100g	

WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2539	Wartość energet. [kcal] 2395	Wartość energet. [kcal] 2375	Wartość energet. [kcal] 2350	Wartość energet. [kcal] 2005
	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	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	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	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	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- Poliklinika MSWiA

11.01.2026-20.01.2026

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

Środa, 14 stycznia 2026					
	Dieta podstawowa (D01)	Dieta łatwostrawna (D02)	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(D05)	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(D03)	Dieta papkowata(D11)
Śniadanie	Kawa Inka na mleku 2% (*) 250ml Chleb mieszany ziarnisty (*) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Szynka z indyka (+1+9+10) 50g Mozzarella plaster (*) 30g Ogórek kiszony 50g Kielki rzodkiewki 5g Herbata b/c 250ml	Kawa Inka na mleku 2% (*) 250ml Chleb pszenny (*) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Szynka z indyka (+1+9+10) 50g Mozzarella plaster (*) 30g Pomidor 50g Sałata 1liść/5g Herbata b/c 250ml	Kawa Inka na mleku 2% (*) 250ml Chleb pszenny (*) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Szynka z indyka (+1+9+10) 50g Mozzarella plaster (*) 30g Pomidor 50g Sałata 1 liść /5g Herbata b/c 250ml	Jajko gotowane 1szt.(*) 3) Chleb razowy (*) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Szynka z indyka (+1+9+10) 50g Mozzarella plaster(*) 30g Ogórek kiszony 50g Kielki rzodkiewki 5g Herbata bez cukru 250ml	Płatki owsiane na mleku (*7+1) , mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*) 450ml Herbata 250ml
II śniadanie	Banan 1szt./150g	Banan 1szt./150g	Banan 1szt./150g	Jabłko 150g Pestki dyni (+8) 10g	Sok owocowy 200ml
Obiad	Kapuśniak na wywarze mięsny i włoszczyzny z ziemniakami (*7*9) 400ml Bitki z szynki wieprzowej duszone w sosie własnym(*1*3) 100g/50ml Kluski śląskie (*1*3) 160g/8szt. Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g Marchewka gotowana 50g Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa brokułowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym *7*9 400ml Bitki z szynki wieprzowej duszone w sosie własnym(*1*3) 100g/50ml Kluski śląskie (*1*3) 160g/8szt. Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g Marchewka gotowana 50g Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa brokułowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym *7*9 400ml Bitki z szynki wieprzowej duszone w sosie własnym(*1*3) 100g/50ml Kluski śląskie (*1*3) 160g/8szt. Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g Marchewka gotowana 50g Kompot wieloowocowy 250ml	Kapuśniak na wywarze mięsny i włoszczyzny z ziemniakami (*7*9) 400ml Bitki z szynki wieprzowej duszone w sosie własnym(*1*3) 100g/50ml Kasza jęczmienna *1 200g Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 70g Marchewka gotowana 50g Woda 500ml	Zupa brokułowa (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml
Podwiek	Jogurt owocowy (*) 100g	Jogurt owocowy (*) 100g	Jogurt owocowy (*) 100g	Jogurt naturalny (*)100g	Jogurt owocowy (*) 100g
Kolacja	Sałatka śledziowa z ogórkiem kiszonym i cebulką (*4) 140g Papryka 50g Chleb mieszany ziarnisty (*) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Pasta twarogowa z koperkiem (*) 70g Dżem truskawkowy 25g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Pasta twarogowa z koperkiem (*) 70g Dżem truskawkowy 25g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Sałatka śledziowa z ogórkiem kiszonym i cebulką (*4) 140g Papryka 50g Chleb razowy (*) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata bez cukru 250ml	Mięso drobiowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*) 450ml Herbata 250ml
Nocny	Bułka razowa z mix roślinnym, poledwicą sopocką, jajkiem, sałatą i ogórkiem (*7*1*6+9+10) 100g Mus owocowy 100%/100g	Bułka pszenna z mix roślinnym, poledwicą sopocką, jajkiem, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Mus owocowy 100%/100g	Bułka pszenna z mix roślinnym, poledwicą sopocką jajkiem, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Mus owocowy 100%/100g	Bułka razowa z mix roślinnym, poledwicą sopocką, jajkiem, sałatą i ogórkiem (*1*7*6+9+10) 100g Pomidor 1szt./ 100g	

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- Poliklinika MSWiA

11.01.2026-20.01.2026

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

Czwartek, 15 stycznia 2026					
	Dieta podstawowa (D01)	Dieta łatwostrawna (D02)	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(D05)	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(D03)	Dieta papkowata(D11)
Śniadanie	Kasza manna na mleku (*1*7) 350ml Chleb mieszany, ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Pasta z jajka z koperkiem (*3) 70g Szynka wieprzowa pieczona (*9*10+1) 20g Pomidor 50g Rukola 5g Herbata b/c 250ml	Kasza manna na mleku (*1*7) 350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Pasta z jajka z koperkiem (*3) 70g Szynka wieprzowa pieczona (*9*10+1) 20g Pomidor 50g Rukola 5g Herbata b/c 250ml	Kasza manna na mleku (*1*7) 350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Pasta z białek jaja z koperkiem (*3) 70g Szynka wieprzowa pieczona (*9*10+1) 20g Pomidor 50g Rukola 5g Herbata b/c 250ml	Jabłko 150g Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Pasta z jajka z koperkiem (*3) 70g Szynka wieprzowa pieczona (*9*10+1) 20g Pomidor 50g Rukola 5g Herbata bez cukru 250ml	Kasza manna na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml
II śniadanie	Salatka ze świeżych warzyw z oliwą i pestkami słonecznika 150g	Mus owocowy 100%.100g	Mus owocowy 100%.100g	Salatka ze świeżych warzyw z oliwą i pestkami słonecznika 150g	Jogurt naturalny (*7) 100g
Obiad	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno-warzywnym z zacierką (*1*7*9) 400ml Fasolka po bretońsku z mięsem wieprzowym w sosie pomidorowym (*1*3*7*9) 150g (100g mięsa) Ziemniaki 200g Jabłko 1szt./150g Cukinia parzona z masłem (*7) 50g Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno-warzywnym z zacierką (*1*7*9) 400ml Pierś z kurczaka gotowana w sosie koperkowym (*1*7*9) 100g/50ml Ziemniaki 200g Marchewka gotowana 70g Cukinia parzona z masłem (*7) 50g Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno-warzywnym z zacierką (*1*7*9) 400ml Pierś z kurczaka gotowana w sosie koperkowym (*1*7*9) 100g/50ml Ziemniaki 200g Marchewka gotowana 70g Cukinia parzona z masłem (*7) 50g Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno-warzywnym z zacierką (*1*7*9) 400ml Pierś z kurczaka gotowana w sosie koperkowym (*1*7*9) 100g/50ml Ziemniaki 200g Surówka z marchewki 70g Cukinia parzona z masłem *7 50g Woda 500ml	Zupa szpinakowa (*7*9) ziemniaki, mięso wieprzowe , mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot owocowy 250ml
Podwieczor	Kefir (*7) 150g	Kefir (*7) 150g	Kefir (*7) 150g	Kefir naturalny (*7) 150g	Mus owocowy b/c 100%/100g
Kolacja	Ser żółty (*7) 50g Szynka z indyka drobiowa (*1+6+9+10) 20g Ogórek kiszony 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Mozzarella (*7) 50g Szynka z indyka drobiowa (*1+6+9+10) 20g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Mozzarella (*7) 50g Szynka z indyka drobiowa (*1+6+9+10) 20g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Mozzarella (*7) 50g Szynka drobiowa z indyka 75% (*1*6+9) 20g Ogórek kiszony 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml
Nočný	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, poledwica drobiowa, jajkiem salata i ogorkiem (*1*3*6+9+10) 100g Sok owocowy 200ml	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwica drobiowa, jajkiem, salata i pomidorem (*1*3*6+9+10) 100g Sok owocowy 200ml	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwica drobiowa, bialkiem jaja, salata i pomidorem (*1*3*6+9+10) 100g Sok owocowy200ml	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, poledwica drobiowa, jajkiem salata i ogorkiem (*1*3*6+9+10) 100g Ogórek świeży słupki 100g	

Wartość energet. [kcal] 2448 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] 2441 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]2441 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] 2354 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- Poliklinika MSWiA

11.01.2026-20.01.2026

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

Piątek, 16 stycznia 2026					
	Dieta podstawowa (D01)	Dieta łatwostrawna (D02)	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(D05)	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(D03)	Dieta papkowata(D11)
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Pasta twarogowa z pomidorami (*7) 70g Miód 15g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Pasta twarogowa z pomidorami (*7) 70g Miód 15g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Pasta twarogowa z pomidorami (*7) 70g Miód 15g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Kefir *7/200ml Pasta twarogowa z pomidorami (*7) 70g Szynka krakowska parzona wieprzowa (+6+9+10) 20g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Płatki owsiane na mleku (*7+1), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata z cukrem 250ml Sok owocowy 300ml
II śniad	Banan 1szt./120g	Banan 1szt./120g	Banan 1szt./120g	Gruszka 150g Migdały (*8) 10g	
Obiad	Zupa pomidorowa na wywarze mięsno-warzywnym z ryżem (*7*9)400ml Kotlet rybny z morszczuka panierowany i smażony (*1*3*4) 110g Surówka z kapusty kiszzonej i marchewki z olejem rzepakowym 70g Brokuł gotowany 50g Ziemniaki gotowane 200g Kompot owocowy 250ml	Zupa pomidorowa na wywarze mięsno-warzywnym z ryżem (*7*9)400ml Pulpet rybny z morszczuka gotowany w sosie koperkowym (*1*3*4*7) 100g/50ml Cukinia gotowana z masłem (*7) 70g Brokuł gotowany 50g Ziemniaki gotowane 200g Kompot owocowy 250ml	Zupa pomidorowa na wywarze mięsno-warzywnym z ryżem (*7*9)400ml Pulpet rybny z morszczuka gotowany w sosie koperkowym (*1*3*4*7) 100g/50ml Cukinia gotowana z masłem (*7) 70g Brokuł gotowany 50g Ziemniaki gotowane 200g Kompot owocowy 250ml	Zupa pomidorowa na wywarze mięsno-warzywnym z ryżem brązowym (*7*9)400ml Pulpet rybny z morszczuka gotowany w sosie koperkowym (*1*3*4*7) 100g/50ml Surówka z kapusty kiszzonej i marchewki z olejem rzepakowym 100g Brokuł gotowany 50g Ziemniaki gotowane 200g Woda 500ml	Zupa pomidorowa (*7*9) , ziemniaki, ryba na parze (*4), brokuł, cukinia, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot owocowy 250ml
Podwie	Jogurt owocowy *7 100g	Jogurt owocowy *7 100g	Jogurt owocowy *7 100g	Jogurt naturalny (*7) 100g	Jogurt naturalny *7 100g
Kolacja	Makaron gotowany 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	Makaron gotowany z kurczakiem i warzywami na ciepło (*9) 200g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Makaron gotowany z kurczakiem i warzywami na ciepło (*9) 200g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Kasza gryczana gotowana z kurczakiem i warzywami na ciepło (*9) 200g Ogórek 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, mozzarellą, poledwicą wieprzowa sałatą i papryką (*7*1*6+9+10) 100g Galaretką z owocami b/c 123g	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą poledwicą wieprzowa.sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Galaretką z owocami b/c 123g	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą poledwicą wieprzową.sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Galaretką z owocami b/c 123g	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, mozzarellą, poledwicą wieprzową sałatą i papryką (*1*7*6+9+10) 100g 300ml Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 100g	

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- Poliklinika MSWiA

11.01.2026-20.01.2026

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

Sobota, 17 stycznia 2026					
	Dieta podstawowa (D01)	Dieta łatwostrawna (D02)	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(D05)	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(D03)	Dieta papkowata(D11)
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku (*1*7) 350ml Paszтет zapiekany drobiowy z suszonymi pomidorami (*1*3*9+7+6) 60g Twaróg plaster (*7) 30g Papryka 50g Rukola 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	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	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	Połędwica drobiowa z majerankiem (+1+9+10+11) 30g Paszтет zapiekany z suszonymi pomidorami (*1*3*9+6) 60g Twaróg plaster (*7) 30g Papryka 50g Rukola 5g Chleb razowy (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Płatki jęczmienne na mleku (*1*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml
II śniad	Mus owocowy 100%100g	Mus owocowy 100%100g	Mus owocowy 100%100g	Pomarańcza 150g Pestki dyni (*8) 120g	Jogurt owocowy *7/100g
Obiad	Barszcz czerwony na wywarze mięsno-warzywnym z fasolą i ziemniakami (*7*9) 400ml Potrawka z kurczaka z warzywami i natką pietruszki (*1*7) 150g (100g mięsa) Kasza jęczmienna (*1) 200g Sałatka z kiszzonego ogórka i marchewki z olejem rzepakowym 70g Kalafior gotowany 50g Kompot owocowy 250ml	Barszcz czerwony na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Potrawka z kurczaka z warzywami i natką pietruszki (*1*7) 150g (100g mięsa) Kasza jęczmienna (*1) 200g Marchewka gotowana z masłem (*7) 70g Kalafior gotowany 50g Kompot owocowy 250ml	Barszcz czerwony na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Potrawka z kurczaka z warzywami i natką pietruszki (*1*7) 150g (100g mięsa) Kasza jęczmienna (*1) 200g Marchewka gotowana z masłem (*7) 70g Kalafior gotowany 50g Kompot owocowy 250ml	Barszcz po ukraińsku na wywarze mięsno-warzywnym z fasolą i ziemniakami (*7*9) 400ml Potrawka z kurczaka z warzywami i natką pietruszki (*1*7) 150g (100g mięsa) Kasza jęczmienna (*1) 200g Sałatka z kiszzonego ogórka i marchewki z olejem rzepakowym 70g Kalafior gotowany 50g Woda 500ml	Barszcz czerwony (*7*9), ziemniaki, mięso drobiowe, marchewka, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot owocowy 250ml
Podw	Serek wiejski (*7) 150g	Serek wiejski (*7) 150g	Serek wiejski (*7) 150g	Serek wiejski (*7) 150g	Mus owocowy 100%/100g
Kolacja	Szynka krakowska parzona wieprzowa (+6+9+10) 50g Mozzarella plaster(*7)20g Pomidor 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Szynka krakowska parzona wieprzowa (+6+9+10) 50g Mozzarella plaster(*7)20g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Szynka krakowska parzona wieprzowa (+6+9+10) 50g Mozzarella plaster(*7)20g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Szynka krakowska parzona wieprzowa (+6+9+10) 50g Mozzarella plaster(*7)20g Pomidor 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml
Noctny	Bułka razowa z mix roślinnym, połędwicą wieprzową, jajkiem,sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g Banan 120g	Bułka pszenna z mix roślinnym, połędwicą wieprzową,jajkiem sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Banan 120g	Bułka pszenna z mix roślinnym, połędwicą wieprzową, jajkiem sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Banan 120g	Bułka razowa z mix roślinnym, połędwicą wieprzową,jajkiem sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g Ogórek słupki 100g	

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- Poliklinika MSWiA

11.01.2026-20.01.2026

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

Niedziela, 18 stycznia 2026					
	Dieta podstawowa (D01)	Dieta łatwostrawna (D02)	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(D05)	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(D03)	Dieta papkowata(D11)
Śniadanie	Kakao na mleku 2% 250ml (*) Jajecznica smażona na parze (*)3) 100g Połędwica sopocka (*1+6+9) 20g Rukola 5g Papryka 50g Chleb mieszany ziarnisty (*)1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*)7) 20g Herbata b/c 250ml	Kakao na mleku 2% 250ml (*) Jajecznica smażona na parze (*)3) 100g Połędwica sopocka (*1+6+9) 20g Pomidor 50g Rukola 5g Chleb pszenny (*)1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*)7) 20g Herbata b/c 250ml	Kakao na mleku 2% 250ml (*) Jajecznica smażona na parze z białek jaj (*)3) 100g Połędwica sopocka (*1+6+9) 20g Pomidor 50g Rukola 5g Chleb pszenny (*)1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*)7) 20g Herbata b/c 250ml	Jogurt naturalny *7/100ml Jajecznica smażona na parze (*)3) 100g Połędwica sopocka (*1+6+9) 20g Papryka 50g Rukola 5g Chleb razowy (*)1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*)7) 20g Herbata b/c 250ml	Zacierka na mleku 350ml (*7+1), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*)1) 450ml Herbata 250ml
II śniadanie	Drożdżówka (*1*3*7+6) 50g	Drożdżówka (*1*3*7+6) 50g	Drożdżówka (*1*3*7+6) 50g	Mandarynka 100g Migdały (*)8) 10g	Kefir (*)7) 200ml
Obiad	Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem (*1*7*9) 400ml Udko drobiowe pieczone 150g Ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki z olejem rzepakowym 70g Sałata z oliwą 50g Kompot owocowy 250ml	Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem (*1*3*9) 400ml Udko gotowane w sosie koperkowym 150g/30ml (*1*7) Ziemniaki 200g Bukiet warzyw gotowany z masłem (*)7) 70g Sałata z oliwą 50g Kompot owocowy 250ml	Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem (*1*3*9) 400ml Udko gotowane w sosie koperkowym 150g/30ml (*1*7) Ziemniaki 200g Bukiet warzyw gotowany z masłem (*)7)70g Sałata z oliwą 50g Kompot owocowy 250ml	Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem (*1*3*9) 400ml Udko drobiowe pieczone 150g Ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki z olejem rzepakowym 70g Sałata z oliwą 50g Woda 500ml	Rosół (*)9) ziemniaki, mięso drobiowe, bukiet warzyw, mleko w proszku (*7), śmietana (*)7) 450ml Kompot owocowy 250ml
Podwie	Mandarynka 100g	Banan 120g	Banan 120g	Kefir *7/200ml	Mus owocowy 100%/100g
Kolacja	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorem (*)7) 70g Szyńka drobiowa z indyka 75% (*1+6+9) 20g Ogórek kiszony 50g Chleb mieszany ziarnisty (*)1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*)7) 20g Herbata b/c 250ml	Twarożek z koperkiem (*)7) 70g Szyńka drobiowa z indyka 75% (*1+6+9) 20g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*)1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*)7) 20g Herbata b/c 250ml	Twarożek z koperkiem (*)7) 70g Szyńka drobiowa z indyka 75% (*1+6+9) 20g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*)1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*)7) 20g Herbata b/c 250ml	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorem (*)7) 70g Szyńka drobiowa z indyka 75% (*1+6+9) 20g Ogórek kiszony 50g Chleb razowy (*)1)100g Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*)7) 20g Herbata b/c 250ml	Mięso wieprzowe, jajko(*)3), seler(*)9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*)7), kasza manna (*)1) 450ml Herbata 250ml
Noctny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, połędwicą wieprzową, serem żółtym sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Mus owocowy 100%/100g	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, połędwicą drobiową, twarogiem sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Mus owocowy 100%/100g	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, połędwicą drobiową, twarogiem,sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Mus owocowy 100%/100g	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, połędwicą wieprzową, serem żółtym sałatą i pomidorem(*1*6+9+10) 100g Papryka słupki 100g	

WARTOŚCI ODZTWIWCZE	Dieta podstawowa (D01)	Dieta łatwostrawna (D02)	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(D05)	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(D03)	Dieta papkowata(D11)
	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- Poliklinika MSWiA

11.01.2026-20.01.2026

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

Poniedziałek, 19 stycznia 2026					
	Dieta podstawowa (D01)	Dieta łatwostrawna (D02)	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(D05)	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(D03)	Dieta papkowata(D11)
Śniadanie	Kawa Inka na mleku 2% *7 250ml Szynka wiśniowa wieprzowa (*6+9) 50g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Kawa Inka na mleku 2% *7 250ml Szynka wiśniowa wieprzowa (*6+9) 50g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Kawa Inka na mleku 2% *7 250ml Szynka wiśniowa wieprzowa (*6+9) 50g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Jajko gotowane *3/50g Szynka wiśniowa wieprzowa (*6+9) 50g Mozzarella *7/30g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb razowy (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Kasza jaglana na mleku 350ml (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml
II śniadanie	Jabłko 150g	Mus owocowy 100%/100g	Mus owocowy 100%/100g	Jabłko 150g Orzechy włoskie (*8) 10g	Serek homogenizowany (*7) 150g
Obiad	Zupa jarzynowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*1*7*9) 400ml Sos po meksykańsku z mięsem mielonym z szynki, fasolą duszony w pomidorach (*1*9) 150g Ryż biały 200g Sałatka szwedzka z olejem rzepakowym 70g Cukinia parowana 50g Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa jarzynowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*1*7*9) 400ml Gulasz z szynki duszony w sosie własnym (*1*7*9) 150g Ryż biały 200g Szpinak gotowany z masłem *7 70g Cukinia parowana 50g Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa jarzynowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*1*7*9) 400ml Gulasz z szynki duszony w sosie własnym (*1*7*9) 150g Ryż biały 200g Szpinak gotowany z masłem *7 70g Cukinia parowana 50g Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa jarzynowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*1*7*9) 400ml Sos po meksykańsku z mięsem mielonym z szynki, fasolą, duszony w pomidorach (*1*9) 150g Ryż brązowy 200g Sałatka szwedzka z olejem rzepakowym 70g Cukinia parowana 50g Woda 500ml	Zupa jarzynowa (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe, szpinak, cukinia, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml
Podwie	Jogurt naturalny (*7) 100g	Jogurt naturalny (*7) 100g	Jogurt naturalny (*7) 100g	Jogurt naturalny (*7) 100g	Jogurt owocowy (*7) 100g
Kolacja	Pasta rybna z morszczukiem i koperkiem (*4*7) 70g Szynka z indyka (*1+6+9+10) 20g Ogórek 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Pasta rybna z morszczukiem i koperkiem (*4*7) 70g Szynka z indyka (*1+6+9+10) 20g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Pasta rybna z morszczukiem i koperkiem (*4*7) 70g Szynka z indyka (*1+6+9+10) 20g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Pasta rybna z morszczukiem i koperkiem (*4*7) 70g Szynka z indyka (*1+6+9+10) 20g Ogórek 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, serem żółtym, jajkiem,sałatą i papryką (*7*1*6+9+10) 100g Pomidor 100g	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, jajkiem sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Pomidor 100g	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, jajkiem sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Pomidor 100g	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, serem żółtym, jajkiem, sałatą i papryką (*1*7*6+9+10) 100g Pomidor 1szt./100g	

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- Poliklinika MSWiA

11.01.2026-20.01.2026

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

Wtorek, 20 stycznia 2026					
	Dieta podstawowa (D01)	Dieta łatwostrawna (D02)	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(D05)	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(D03)	Dieta papkowata(D11)
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Ser żółty (*) 50g Szynka drobiowa z majerankiem (*1+6+9+10)20g Papryka 50g Rukola 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Herbata b/c 250ml	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Pasta twarogowa z zieleniną (*7)70g Szynka drobiowa z majerankiem (*1+6+9+10)20g Pomidor 50g Rukola 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Herbata b/c 250ml	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Pasta twarogowa z zieleniną (*7)70g Szynka drobiowa z majerankiem (*1+6+9+10)20g Pomidor 50g Rukola 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Herbata b/c 250ml	Kefir *7/200ml Pasta twarogowa z zieleniną (*7)60g Szynka drobiowa z majerankiem (*1+6+9+10)20g Papryka 50g Rukola 5g Chleb razowy (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Herbata b/c 250ml	Płatki owsiane na mleku (*7+1) mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml
II śniadanie	Banan 150g	Banan 150g	Banan 150g	Mandarynka 100g Migdały 15g *8	Serek homogenizowany (*7) 150g
Obiad	Zupa ogórkowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml Pyzy ziemniaczane z mięsem wieprzowo-drobiowym okraszone masłem (*1*3*7) 6szt./250g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 70g Kalafior gotowany 50g Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa z cukinii na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml Pyzy ziemniaczane z mięsem wieprzowo-drobiowym okraszone masłem (*1*3*7) 6szt./250g Marchew gotowana z masłem (*7)70g Kalafior gotowany 50g Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa z cukinii na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml Pyzy ziemniaczane z mięsem wieprzowo-drobiowym okraszone masłem (*1*3*7) 6szt./250g Marchew gotowana z masłem (*7)70g Kalafior gotowany 50g Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa ogórkowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml Sos drobiowy z warzywami i natką pietruszki (*1*7+9) 150g Kasza gryczana 200g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 70g Kalafior gotowany 50g Woda 500ml	Zupa z cukinii (*7*9), ziemniaki, mięso drobiowe, marchewka, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot owocowy 250ml
Poodwiecz	Kefir (*) 150g	Kefir (*) 150g	Kefir (*) 150g	Kefir (*) 150g	Kefir (*) 150g
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	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	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	Kasza bulgur z warzywami i kurczakiem (*9*7*3) 200g Pomidor 50g Chleb razowy (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml
Nocny	Bułka razowa z mix roślinnym, poledwicą sopoćką, jajkiem.salata i pomidorem (*7*1*6+9+10) 100g Ogórek słupki 100g	Bułka pszenna z mix roślinnym, poledwicą sopoćką, jajkiem. salata i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Mus owocowy 100%/100g	Bułka pszenna z mix roślinnym, poledwicą sopoćką, jajkiem.salata i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Mus owocowy 100g/100%	Bułka razowa z mix roślinnym, poledwicą sopoćką, jajkiem.salata i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Ogórek słupki 100g	

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