

JADŁOSPIS- SZPITAL – MSWiA Poliklinika

21.01.2026-31.01.2026

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)orzeczy 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) lubin.

Środa, 21 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 b/c na mleku 2% (*7) 250ml Chleb mieszany, ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Jajko gotowane 1szt./50g (*3) Szynkowa drobiowa z indyka (*9*10+1) 40g Pomidor 50g Kielki rzodkiewki 5g Herbata b/c 250ml	Kakao b/c na mleku 2% (*7) 250ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Jajko gotowane 1szt./50g (*3) Szynkowa drobiowa z indyka (*9*10+1) 40g Pomidor 50g Sałata 1 liść/ 5g Herbata b/c 250ml	Kakao b/c na mleku 2% (*7) 250ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Szynkowa drobiowa z indyka (*9*10+1) 60g Miód 15g Pomidor 50g Sałata 1 liść/ 5g Herbata b/c 250ml	Jogurt naturalny *7/100g Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Jajko gotowane 1szt./50g (*3) Szynkowa drobiowa z indyka (*9*10+1) 40g Pomidor 50g Kielki rzodkiewki 5g Herbata bez cukru 250ml	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1), mleko w proszku (*7), banan, miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml
II śniadanie	Jabłko 150g	Mus owocowy 100%/100g	Mus owocowy 100%/100g	Jabłko 150g Pestki słonecznika (+8) 10g	Mus owocowy 100%/100g
Obiad	Zupa pomidorowa na wtywarze mięsno-warzywnym z ryżem (*7*9) 400ml Kotlet mielony wieprzowo-drobiowy pieczony (*1*3) 100g Ziemniaki 200g Surówka z białej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 70g Cukinia gotowana 50g Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa pomidorowa na wtywarze mięsno-warzywnym z ryżem(*7*9) 400ml Pulpet z mięsa drobiowo-wieprzowego w sosie koperkowym (*1*7*9) 100g/50ml Ziemniaki 200g Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 70g Cukinia gotowana 50g Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa pomidorowa na wtywarze mięsno-warzywnym z ryżem (*7*9) 400ml Pulpet z mięsa drobiowo-wieprzowego w sosie koperkowym (*1*7*9) 100g/50ml Ziemniaki 200g Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 70g Cukinia gotowana 50g Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa pomidorowa na wtywarze mięsno-warzywnym z ryżem brązowym (*7*9) 400ml Kotlet mielony wieprzowo-drobiowy pieczony (*1*3) 100g Ziemniaki 200g Surówka z białej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 70g Cukinia gotowana 50g Woda 500ml	Zupa pomidorowa (*7,*9), ziemniaki, bukiet warzyw, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), jogurt naturalny (*7) olej rzepakowy 450ml Kompot wieloowocowy 250ml
Podwieczorek	Galaretką z owocami bez cukru 123g	Galaretką z owocami bez cukru 123g	Galaretką z owocami bez cukru 123g	Kefir (*7) 200ml	Kefir (*7) 200ml
Kolacja	Twarożek z koperkiem (*7) 70g Dżem truskawkowy 25g Papryka 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83% (*7) 20g Herbata b/c 250ml	Twarożek z koperkiem (*7) 70g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83% (*7) 20g Herbata b/c 250ml	Twarożek z koperkiem (*7) 70g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Twarożek z koperkiem (*7) 70g Schab z kja wieprzowy (+6+9) 30g Papryka 50g Chleb razowy (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Mięso wieprzowe, jajko(*3), gotowane warzywa : seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml
Neony	Kanapka tostowa razowa z szynką drobiową, mozzarellą, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Banan 120g	Kanapka tostowa pszenna z szynką drobiową ,mozzarellą, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Banan 120g	Kanapka tostowa pszenna z szynką, mozzarella, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Banan 120g	Kanapka tostowa razowa z szynką drobiową , mozzarellą, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Surówka z jabłka i marchewki z olejem rzepakowym 100g	
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2388 Białko ogółem [g]: 109,76 Tłuszcz[g]: 84,34 w tym tłuszcze nasycone[g]: 30,23 Węglowodany ogółem[g]: 333,56 w tym cukry[g]: 58,23 Błonnik[g]: 36,03 Sód [g]: 2,42	Wartość energet. [kcal] 2311 Białko ogółem [g]: 107,02 Tłuszcz[g]: 71,97 w tym tłuszcze nasycone[g]: 25,11 Węglowodany ogółem[g]: 342,12 w tym cukry[g]: 58,45 Błonnik[g]: 25,03 Sód [g]: 2,31	Wartość energet. [kcal] 2301 Białko ogółem [g]: 100,12 Tłuszcz[g]: 68,11 w tym tłuszcze nasycone[g]: 25,11 Węglowodany ogółem[g]: 344,12 w tym cukry[g]: 58,45 Błonnik[g]: 25,03 Sód[g]: 2,27	Wartość energet. [kcal] 2425 Białko ogółem [g]: 102,23 Tłuszcz[g]: 70,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,03 Węglowodany ogółem[g]: 310,82 w tym cukry[g]:41,23 Błonnik[g]: 36,09 Sód [g]:2,12	Wartość energet. [kcal]1966 Białko ogółem [g] 69,45 Tłuszcz[g] 64.12 w tym nasycone [g] 19.23 Węglowodany ogółem [g] 291.34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 2,02

JADŁOSPIS- SZPITAL – MSWiA Poliklinika

21.01.2026-31.01.2026

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)orzecze 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) lubin.

Czwartek, 22 stycznia 2026					
	Dieta podstawowa (D01)	Dieta łatwostrawna (D02)	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(D05)	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(D03)	Dieta pakowata(D11)
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku (*7+1) 350ml Połędwica sopocka wieprzowa (+1+9+10+11) 50g Ser żółty(*7) 20g Ogórek kiszony 50g Roszponka 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Płatki owsiane na mleku (*7+1) 350ml Połędwica sopocka wieprzowa (+1+9+10+11) 60g Mozzarella plastry *7/20g Cukinia parzona 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Płatki owsiane na mleku (*7+1) 350ml Połędwica sopocka wieprzowa (+1+9+10+11) 60g Mozzarella plastry *7/20g Cukinia parzona 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Kefir *7/200ml Połędwica sopocka wieprzowa (+1+9+10+11) 50g Mozzarella plastry *7/20g Ogórek kiszony 50g Roszponka 5g Chleb razowy (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Płatki owsiane na mleku (*7), mleko w proszku (*7),mus z owoców, miód, bułka pszenna, (*1) 450ml Herbata 250ml
II śniadanie	Gruszka 150g	Banan 120g	Banan 120g	Gruszka 150g Pestki słonecznika (+8) 10g	Jogurt owocowy (*7) 100g
Obiad	Zupa z ciecierzycy na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml Spaghetti po bolońsku z sosem duszonym drobiowo-wieprzowym z pomidorami i ziołami prowansalskimi (*1*9) 200g makaron/150g (sos, w tym 100g mięsa) Jabłko 150g Kompot owocowy 250ml	Zupa wiejska na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml Spaghetti po bolońsku z sosem duszonym drobiowo-wieprzowym z pomidorami i ziołami prowansalskimi (*1*9) 200g makaron/150g (sos, w tym 100g mięsa) Banan 150g Kompot owocowy 250ml	Zupa wiejska na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml Spaghetti po bolońsku z sosem duszonym drobiowo-wieprzowym z pomidorami i ziołami prowansalskimi (*1*9) 200g makaron/150g (sos, w tym 100g mięsa) Banan 150g Kompot owocowy 250ml	Zupa z ciecierzycy na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml Spaghetti z makaronem razowym po bolońsku z sosem duszonym drobiowo-wieprzowym z pomidorami i ziołami prowansalskimi (*1*9) 200g makaron/150g (sos, w tym 100g mięsa) Surówka z czerwonej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 120g Woda 500ml	Zupa wiejska (*7,*9), ziemniaki, mięso wieprzowe, brokuł gotowany, mleko w proszku (*7), jogurt naturalny (*7) olej rzepakowy 450ml Kompot wieloowocowy 250ml
Podwie	Serek homogenizowany owocowy 150g (*7)	Serek homogenizowany owocowy 150g (*7)	Serek homogenizowany owocowy 150g (*7)	Jogurt naturalny (*7) 100g	Mus owocowy 100%/100g
Kolacja	Szynkowa drobiowa(*9*10+1)50g Miód 15g Pomidor 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Szynkowa drobiowa(*9*10+1) 50g Miód 15g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Szynkowa drobiowa(*9*10+1) 50g Miód 15g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Szynkowa drobiowa(*9*10+1)40g Pasta z pieczonych warzyw (*9) 50g Pomidor 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Mięso wieprzowe, jajko(*3), gotowane warzywa: seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml
Noemy	Kanapka tostowa razowa z szynką wieprzową, twarogiem, sałatą, ogórkiem kiszonym 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 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 kiszonym i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt./100g Ogórek zielony słupki 100g	
WARTOŚCI	Wartość energet. [kcal] 2522 Białko ogółem [g]: 125,34 Tłuszcz[g]: 85,87 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 335,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 45,09 Sód[g]: 2,34	Wartość energet. [kcal] 2349 Białko ogółem [g]: 109,98 Tłuszcz[g]: 75,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 332,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:32,12 Sód[g]: 2,12	Wartość energet. [kcal] 2349 Białko ogółem [g]: 109,98 Tłuszcz[g]: 75,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 332,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:32,12 Sód[g]: 2,12	Wartość energet. [kcal] 2331 Białko ogółem [g]:109,63 Tłuszcz[g]: 78,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 316,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:40,99 Sód[g]: 2,32	Wartość energet. [kcal]2089 Białko ogółem [g] 77,45 Tłuszcz[g] 65,34 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 302,34 W tym cukry [g] 31,22 Błonnik[g] 24,45 Sód [g] 3,11

JADŁOSPIS- SZPITAL – MSWiA Poliklinika

21.01.2026-31.01.2026

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.

Piątek, 23 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	Ryż na mleku na mleku (*7)350ml Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 70g Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g Papryka 50g Rukola 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Ryż na mleku na mleku (*7)350ml Pasta jajeczna z koperkiem(*3) 70g Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g Pomidor 50g Rukola 5g Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Ryż na mleku (*7)350ml Pasta z białek jaj z koperkiem (*3) 70g Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g Pomidor 50g Rukola 5g Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Twaróg plaster (*7) 30g Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 70g Szynka z indyka 75%(*9*10) 20g Papryka 50g Rukola 5g Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Ryż na mleku na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, banan, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata z cukrem 250ml
II śniadanie	Mandarynka 100g	Sok owocowy 300ml	Sok owocowy 300ml	Mandarynka 100g Migdały (*8) 10g	Sok owocowy 300ml
Obiad	Zupa kalafiorowa z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*1*3*7*9) 400ml Filet z morskczuka panierowany i smażony w sosie po grecku (*4*1*3*9) 110g/50ml Ziemniaki 200g Surówka z kiszzonej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 70g Szpinak gotowany z przyprawami 50g Kompot owocowy 250ml	Zupa kalafiorowa z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*1*3*7*9) 400ml Filet rybny z morskczuka parowany w sosie po grecku (*4*9) 100g/50ml Ziemniaki 200g Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 70g Szpinak gotowany z przyprawami 50g Kompot owocowy 250ml	Zupa kalafiorowa z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*1*3*7*9) 400ml Filet rybny z morskczuka parowany w sosie po grecku (*4*9) 100g/50ml Ziemniaki 200g Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7)70g Szpinak gotowany z przyprawami 50g Kompot owocowy 250ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml Filet rybny z morskczuka parowany w sosie po grecku (*4*9) 100g/50ml Ziemniaki 200g Surówka z kiszzonej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 70g Szpinak gotowany z przyprawami 50g Woda 500ml	Zupa kalafiorowa (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe, bukiet warzyw, mleko w proszku (*7), jogurt nat. (*7) olej rzepakowy 450ml Kompot wieloowocowy 250ml
Podwiecz	Serek wiejski (*7) 150g	Serek wiejski (*7) 150g	Serek wiejski (*7) 150g	Serek wiejski (*7) 150g	Serek wiejski (*7) 150g
Kolacja	Kasza kuskus 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	Kasza kuskus 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	Kasza kuskus z kurczakiem i warzywami na ciepło (*9) 200g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Kasza gryczana 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), gotowane warzywa : seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, ksza manna (*1) 450ml Herbata 250ml
Noctny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, mozzarellą , szynką drob., sałatą i pomidor (*7*1*6+9+10) 100g Galaretko owocowa 123g	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, szynką drob.,sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Galaretko owocowa 123g	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, szynką drob. ,sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Galaretko owocowa 123g	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, mozzarellą, szynką drob. , sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Papryka słupki 100g	
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2421 Białko ogółem [g]: 101,04 Tłuszcz[g]: 78,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 324,23 w tym cukry[g]: 46,245 Błonnik[g]:39,12 Sód[g]: 2,55	Wartość energet. [kcal] 2384 Białko ogółem [g]: 92,34 Tłuszcz[g]: 68,45 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,56 Węglowodany ogółem[g]: 331,34 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:32,35 Sód [g]: 2,42	Wartość energet. [kcal]2364 Białko ogółem [g]: 91,22 Tłuszcz[g]: 68,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 15,56 Węglowodany ogółem[g]: 330,98 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:30,12 Sód[g]: 2,39	Wartość energet. [kcal] 2255 Białko ogółem [g]:98,99 Tłuszcz[g]: 60,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 292,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:40,11 Sód [g]: 2,22	Wartość energet. [kcal]2004 Białko ogółem [g] 65,45 Tłuszcz[g] 45.12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 280.34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 2,02

JADŁOSPIS- SZPITAL – MSWiA Poliklinika

21.01.2026-31.01.2026

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.

Sobota, 24 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 b/c na mleku 2% (*7) 250ml Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Szynkowa drobiowa z majerankiem (+1+9+10) 50g Mozzarella (*7)30g Pomidor 50g Roszponka 5g Herbata b/c 250ml	Kakao b/c na mleku 2% (*7) 250ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Szynkowa drobiowa z majerankiem (+1+9+10) 50g Mozzarella (*7) 30g Pomidor 50g Roszponka 5g Herbata b/c 250ml	Kakao b/c na mleku 2% (*7) 250ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Szynkowa drobiowa z majerankiem (+1+9+10) 50g Mozzarella (*7) 30g Pomidor 50g Roszponka 5g Herbata b/c 250ml	Jogurt naturalny (*7) 100ml Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Szynkowa drobiowa z majerankiem (+1+9+10) 50g Mozzarella (*7) 30g Pomidor 50g Roszponka 5g Herbata bez cukru 250ml	Płatki owsiane na mleku (*7+1) , mleko w proszku (*7), banan, miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml
II śniadanie	Mus owocowy 100%/100g	Mus owocowy 100%/100g	Mus owocowy 100%/100g	Pomarańcza 150g Pestki słonecznika (+8) 10g	Mus owocowy bez cukru 100%/100ml
Obiad	Zupa jarzynowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*9) 400ml Sos po chińsku z duszonym mięsem drobiowym (*1*9) 150g (100g mięsa) Ryż biały 200g Surówka z kapusty czerwonej i marchewki z olejem rzepakowym i koperkiem 70g Sałata z oliwą 50g Kompot owocowy 250ml	Zupa jarzynowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Sos drobiowy duszony z warzywami (*1*9) 150g (100g mięsa) Ryż biały gotowany 200g Marchewka gotowana z masłem (*7) 70g Sałata z oliwą 50g Kompot owocowy 250ml	Zupa jarzynowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Sos drobiowy duszony z warzywami (*1*9) 150g(100g mięsa) Ryż biały gotowany 200g Marchewka gotowana z masłem (*7) 70g Sałata z oliwą 50g Kompot owocowy 250ml	Zupa jarzynowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*9) 400ml Sos po chińsku z duszonym mięsem(100g mięsa) Ryż brązowy 200g Surówka z kapusty czerwonej i marchewki z olejem rzepakowym i koperkiem 70g Sałata z oliwą 50g Woda 500ml	Zupa jarzynowa (*7*9) ziemniaki, mięso drobiowe, marchewka gotowana. mleko w proszku (*7), jogurt naturalny (*7) olej rzepakowy 450ml Kompot wieloowocowy 250ml
Podw	Kefir *7/200ml	Kefir *7/200ml	Kefir *7/200ml	Kefir *7/200ml	Jogurt owocowy (*7) 100g
Kolacja	Salatka śledziowa z cebulką, ogórkiem i natką (*4*7) 100g Schab z kija wieprzowy (*1+6+9+10) 20g Papryka 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Pasta rybna z łososiem i twarogiem z koperkiem (*4*7) 70g Miód 15g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Pasta rybna z łososiem i twarogiem z koperkiem (*4*7) 70g Miód 15g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Salatka śledziowa z cebulką, ogórkiem i natką (*4*7) 100g Schab z kija wieprzowy (*1+6+9+10) 20g Papryka 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata bez cukru 250ml	Mięso drobiowe, jajko(*3), warzywa gotowane: seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa,, kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml
Nocny	Kanapka tostowa razowa z szynką drobiową, twarogiem, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt./100g Sok owocowy 300ml	Kanapka tostowa pszenna z szynką drobiową, twarogiem, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt./100g Sok owocowy 300ml	Kanapka tostowa pszenna z szynką, twarogiem, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt./100g Sok owocowy 300ml	Kanapka tostowa razowa z szynką drobiową, twarogiem, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt./100g Pomidor 1szt./100g	
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2458 Białko ogółem [g]108,54 Tłuszcz[g] 87,123 w tym nasycone [g] 31,12 Węglowodany ogółem [g] 321,99 W tym cukry [g] 59,23 Błonnik[g] 44,65 Sód[g] 2,54	Wartość energet. [kcal] 2426 Białko ogółem [g]: 95,66 Tłuszcz[g]: 78,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 325,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 32,12 Sód [g]: 2,16	Wartość energet. [kcal]2426 Białko ogółem [g]: 95,66 Tłuszcz[g]: 78,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 325,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 32,12 Sód [g]: 2,16	Wartość energet. [kcal] 2301 Białko ogółem [g]: 100,63 Tłuszcz[g]: 80,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,03 Węglowodany ogółem[g]: 317,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:45,99 Sód [g]: 2,44	Wartość energet. [kcal]2021 Białko ogółem [g] 80,45 Tłuszcz[g] 58,54 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 299,63 W tym cukry [g] 39,12 Błonnik[g] 24,54 Sód [g] 1,78

JADŁOSPIS- SZPITAL – MSWiA Poliklinika

21.01.2026-31.01.2026

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)orzeczy 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) lubin.

Niedziela, 25 stycznia 2026					
	Dieta podstawowa (D01)	Dieta łatwostrawna (D02)	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(D05)	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(D03)	Dieta pakowata(D11)
Śniadanie	Kasza manna na mleku (*1*7) 400ml Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Jajecznica na parze (*3) 100g Szynka krakowska chuda wieprzowa (+6+9+10) 30g Pomidor 50g Rukola 5g Herbata b/c 250ml	Kasza manna na mleku (*1*7) 400ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Jajecznica na parze (*3) 100g Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 30g Pomidor 50g Rukola 5g Herbata b/c 250ml	Kasza manna na mleku (*1*7) 400ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Jajecznica z białek jaj na parze (*3) 100g Szynka krakowska chuda wieprzowa (+6+9+10) 30g Pomidor 50g Rukola 5g Herbata b/c 250ml	Twaróg chudy (*7) 30g Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Jajecznica na parze (*3) 100g Szynka krakowska chuda wieprzowa (+6+9+10) 30g Pomidor 50g Liść sałaty 5g Herbata bez cukru 250ml	Kasza manna na mleku (*7*1), mleko w proszku (*7), miód, mus owocowy, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml
II śniadanie	Babka drożdżowa(*1*3*7+6) 50g	Babka drożdżowa(*1*3*7+6) 50g	Babka drożdżowa(*1*3*7+6) 50g	Gruszka 150g Pestki dyni (+8) 10g	Sok owocowy 300ml
Obiad	Rosół na wywarze mięsno - warzywnym z makaronem (*1*3*9) 400ml Kotlet schabowy panierowany i pieczony (*1*3) 110g Ziemniaki 200g Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g Fasolka szparagowa 50g Kompot owocowy 250ml	Rosół na wywarze mięsno - warzywnym z makaronem (*1*3*9) 400ml Schab wieprzowy pieczony w sosie własnym (*1*9) 100g/50ml Ziemniaki 200g Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g Kalafior gotowany 50g Kompot owocowy 250ml	Rosół na wywarze mięsno - warzywnym z makaronem (*1*3*9) 400ml Schab wieprzowy pieczony w sosie własnym (*1*9) 100g/50ml Ziemniaki 200g Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g Kalafior gotowany 50g Kompot owocowy 250ml	Rosół na wywarze mięsno - warzywnym z makaronem brązowym (*1*3*9) 400ml Schab wieprzowy pieczony w sosie własnym (*1*9) 100g/50ml Ziemniaki 200g Surówka z kiszonej kapusty z olejem rzepakowym 70g Fasolka szparagowa 50g Woda 500ml	Rosół (*9) ziemniaki, mięso drobiowe, buraczki gotowane, kalafior gotowany, mleko w proszku (*7), jogurt nat. (*7) olej rzepakowy 450ml Kompot owocowy 250ml
Podwie	Jogurt naturalny (*7) 100g	Jogurt naturalny (*7) 100g	Jogurt naturalny (*7) 100g	Jogurt naturalny (*7) 100g	Jogurt naturalny (*7) 100g
Kolacja	Mozzarella plastry (*7) 40g Szynka drobiowa (*1+6+7+9) 30g Ogórek kiszony 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Mozzarella plastry (*7) 40g Szynka drobiowa (*1+6+7+9) 30g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Mozzarella plastry (*7) 40g Szynka drobiowa (*1+6+7+9) 30g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c250ml	Mozzarella plastry (*7) 40g Szynka drobiowa (*1+6+7+9)30g Ogórek kiszony 50g Chleb razowy (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Mięso wieprzowe, jajko(*3), warzywa gotowane: seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, poledwicą sopocką, jajkiem, sałatą i papryką (*7*1*6+9+10) 100g Jabłko 150g	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwicą sopocką, jajkiem, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Banan 120g	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwicą sopocką jajkiem, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Banan 120g	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, poledwicą sopocką, jajkiem, sałatą i papryką (*1*7*6+9+10) 100g Surówka z marchwi i jabłka z pestkami słonecznika 100g	
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2515 Białko ogółem [g]: 104,04 Tłuszcz[g]: 91,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 335,23 w tym cukry[g]: 46,245 Błonnik[g]:40,12 Sód[g]: 2,33	Wartość energet. [kcal] 2388 Białko ogółem [g]: 93,22 Tłuszcz[g]: 72,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 15,02 Węglowodany ogółem[g]: 345,11 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:32,12 Sód [g]: 2,12	Wartość energet. [kcal]2388 Białko ogółem [g]: 93,22 Tłuszcz[g]: 72,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 15,02 Węglowodany ogółem[g]: 345,11 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:32,12 Sód [g]: 2,12	Wartość energet. [kcal] 2260 Białko ogółem [g] 98,33 Tłuszcz[g] 75,96 w tym nasycone [g] 23,12 Węglowodany ogółem [g] 302,55 W tym cukry [g] 43,23 Błonnik[g] 43,30 Sód[g] 2,02	Wartość energet. [kcal]2014 Białko ogółem [g] 74,45 Tłuszcz[g] 50.54 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 292,63 W tym cukry [g] 31,12 Błonnik[g] 24,54 Sód [g] 1,78

JADŁOSPIS- SZPITAL – MSWiA Poliklinika

21.01.2026-31.01.2026

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)orzeczy 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) lubin.

Poniedziałek, 26 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 Paszтет zapiekany drobiowy z suszonymi pomidorami (*1*3*9+7+6) 50g Ser żółty(*7) 20g Ogórek 50g Roszponka 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Kawa Inka na mleku 2% (*7) 250ml Połędwica drobiowa z indyka (+1+9+10+11) 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 Połędwica drobiowa z indyka (+1+9+10+11) 50g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Kefir *7/200ml Połędwica drobiowa (+1+9+10+11) 30g Paszтет zapiekany z suszonymi pomidorami drobiowy (*1*3*9+6) 50g Ogórek 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), banan, miód, suchary (*1) 450ml Herbata 250ml
II śniadanie	Pomarańcza 200g	Banan 1szt./160g	Banan 1szt./160g	Pomarańcza 200g Migdały (*8) 10g	Kefir *7/200ml
Obiad	Zupa z cukinią i ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9)400ml Łazanki z kapustą kiszoną i mięsem wieprzowym duszonym z makaronem (*1*9) 200g makaron/150g dodatki (w tym 100g mięsa) Jabłko 150g Szpinak duszony z masłem i przyprawami(*7) 50g Kompot owocowy 250ml	Zupa z cukinią i ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9)400ml Makaron łazanki gotowany z sosem mięsnym wieprzowo-drobiowym z warzywami (*1*9) 200g makaron/150g dodatki (w tym 100g mięsa) Szpinak duszony z masłem i przyprawami(*7) 50g Kompot owocowy 250ml	Zupa z cukinią i ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9)400ml Makaron łazanki gotowany z sosem mięsnym wieprzowo-drobiowym z warzywami (*1*9) 200g makaron/150g dodatki (w tym 100g mięsa) Banan 120g Szpinak duszony z masłem i przyprawami(*7) 50g Kompot owocowy 250ml	Zupa z cukinią i ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9)400ml Sos z mięsem drobiowym-wieprzowym z warzywami (*1*9) 150g Kasza gryczana 200g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 70g Szpinak duszony z masłem i przyprawami(*7) 50g Woda 500ml	Zupa z cukinią (*7,*9), ziemniaki, Mięso drobiowe parowane, szpinak duszony, mleko w proszku (*7), jogurt naturalny (*7) olej rzepakowy 450ml Kompot wieloowocowy 250ml
Podwie	Galaretką z owocami bez cukru 123g	Galaretką z owocami bez cukru 123g	Galaretką z owocami bez cukru 123g	Salatka ze świeżych warzyw z fetą i pestkami dyni (*7*8) 130g	Mus owocowy bez cukru (*7) 100g
Kolacja	Pasta twarogowa z natką pietruszki (*7) 60g Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 30g Papryka 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Pasta twarogowa z natką pietruszki (*7) 60g Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 30g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Pasta twarogowa z natką pietruszki (*7) 60g Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 30g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Pasta twarogowa z natką pietruszki (*7) 60g Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 30g Papryka 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Mięso wieprzowe, jajko(*3), warzywa gotowane: seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, , kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml
Noczy	Bułka razowa z mix roślinnym, połędwicą drobiową, mozzarellą salata i ogórkiem (*1*6*7+9+10) 100g Pomidor 1szt./100g	Bułka pszenna z mix roślinnym, połędwicą drobiową, mozzarellą salata i pomidorem (*1*6*7+9+10) 100g Mus owocowy 100%.100g	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, połędwicą drobiową, mozzarellą salata i pomidorem (*1*6*7+9+10) 100g Mus owocowy 100%/100g	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, połędwicą drobiową, mozzarellą salata i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g Pomidor 1szt./100g	
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2483 Białko ogółem [g]112,43 Tłuszcz[g] 84,34 w tym nasycone [g] 29,12 Węglowodany ogółem [g] 322,13 W tym cukry [g] 59,23 Błonnik[g] 42,65 Sód [g] 2,52	Wartość energet. [kcal] 2425 Białko ogółem [g]: 101,66 Tłuszcz[g]: 80,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 325,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 32,12 Sód [g]: 2,16	Wartość energet. [kcal]2425 Białko ogółem [g]: 101,66 Tłuszcz[g]: 80,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 325,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 32,12 Sód [g]: 2,16	Wartość energet. [kcal] 2365 Białko ogółem [g]: 110,89 Tłuszcz[g]: 80, 65 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,03 Węglowodany ogółem[g]: 311,82 w tym cukry[g]:47,23 Błonnik[g]: 44,09 Sód[g]:2,32	Wartość energet. [kcal]2002 Białko ogółem [g] 90,45 Tłuszcz[g] 57,54 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 292,63 W tym cukry [g] 31,12 Błonnik[g] 24,54 Sód [g] 2,02

JADŁOSPIS- SZPITAL – MSWiA Poliklinika

21.01.2026-31.01.2026

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.

Wtorek, 27 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	Zacierka na mleku (*7*1)350ml Pasta jajeczna z koperkiem (*3) 70g Szynka drobiowa z majerankiem (*9*10) 20g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Zacierka na mleku (*7*1)350ml Pasta jajeczna z koperkiem(*3) 70g Szynka drobiowa z majerankiem (*9*10) 20g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Zacierka na mleku (*7*1)350ml Pasta z białek jaj z koperkiem (*3) 70g Szynka drobiowa z majerankiem (*9*10) 20g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Jogurt naturalny (*7) 100g Pasta jajeczna z koperkiem (*3) 70g Szynka drobiowa z majerankiem (*9*10) 20g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Zacierka na mleku (*7*1), mleko w proszku (*7), miód, banan bułka pszenna (*1) 450ml Herbata z cukrem 250ml
II śniadanie	Jabłko 1szt./160g	Mus owocowy 100% owoców 100g	Mus owocowy 100% owoców 100g	Jabłko 1szt./160g Migdały (*8) 10g	Mus owocowy z jabłkiem, brzoskwinia bez cukru (*7) 125g
Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml Klops drobiowo-wieprzowy duszony w sosie pieczarkowym (*1*7*9) 100g/50ml Kasza jęczmienna *1 200g Sałatka szwedzka z olejem rzepakowym 70g Sałata z oliwą 50g Kompot owocowy 250ml	Zupa grysikowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml Klops drobiowo-wieprzowy duszony w sosie z warzywnym (*1*7*9) 100g/50ml Kasza jęczmienna (*1) 200g Cukinia gotowana z masłem (*7) 70g Sałata z oliwą 50g Kompot owocowy 250ml	Zupa grysikowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml Klops drobiowo-wieprzowy duszony w sosie z warzywnym (*1*7*9) 100g/50ml Kasza jęczmienna (*1) 200g Cukinia gotowana z masłem (*7) 70g Sałata z oliwą 50g Kompot owocowy 250ml	Zupa grochowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml Klops drobiowo-wieprzowy duszony w sosie pieczarkowym (*1*7*9) 100g/50ml Kasza jęczmienna *1 200g Sałatka szwedzka z olejem rzepakowym 70g Sałata z oliwą 50g Woda 500ml	Zupa grysikowa(*7,*9), ziemniaki, Mięso drobiowe parowane, cukinia gotowana, mleko w proszku (*7), jogurt naturalny (*7) olej rzepakowy 450ml Kompot wieloowocowy 250ml
Podwieczer	Serek homogenizowany owocowy 150g	Serek homogenizowany owocowy 150g	Serek homogenizowany owocowy 150g	Serek wiejski 200g *7	Serek homogenizowany owocowy 150g
Kolacja	Makaron zapiekany z kurczakiem i warzywami (*1*9) 200g Ogórek 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Makaron zapiekany z kurczakiem i warzywami (*1*9) 200g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Makaron zapiekany z kurczakiem i warzywami (*1*9) 200g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym z kurczakiem 200g Ogórek 50g Chleb razowy (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Mięso wieprzowe, jajko(*3),gotowane warzywa: seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml
Nocny	Bułka razowa z mix roślinnym, poledwicą wieprzową,serem mozzarella, sałata i papryką (*1*6+9+10) 100g Gruszka 1 szt 150g	Bułka pszenna z mix roślinnym, poledwicą drobiową, mozzarellą,sałata i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Sok owocowy 300ml	Bułka pszenna z mix roślinnym, poledwicą drobiową, sałata i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Sok owocowy 300ml	Bułka razowa z mix roślinnym, poledwicą wieprzową, serem mozzarella,sałata i papryką (*1*6+9+10) Surówka z marchewki i rzodkwi z olejem rzepakowym 120g	
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2471 Białko ogółem [g]: 103,15 Tłuszcz[g]: 77,34 w tym tłuszcze nasycone[g]: 30,23 Węglowodany ogółem[g]: 315,56 w tym cukry[g]: 58,23 Błonnik[g]: 38,93 Sód [g]: 2,56	Wartość energet. [kcal] 2411 Białko ogółem [g]: 100,78 Tłuszcz[g]: 64,97 w tym tłuszcze nasycone[g]: 25,11 Węglowodany ogółem[g]: 322,12 w tym cukry[g]: 58,45 Błonnik[g]: 35,11 Sód [g]: 2,42	Wartość energet. [kcal] 2381 Białko ogółem [g]: 101,34 Tłuszcz[g]: 63,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,67 Węglowodany ogółem[g]: 322,12 w tym cukry[g]: 58,45 Błonnik[g]: 35,03 Sól [g]: 2,38	Wartość energet. [kcal] 2411 Białko ogółem [g]:102,23 Tłuszcz[g]: 70,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,03 Węglowodany ogółem[g]: 301,82 w tym cukry[g]:41,23 Błonnik[g]: 42,09 Sód[g]:2,52	Wartość energet. [kcal]2054 Białko ogółem [g] 72,34 Tłuszcz[g] 49,73 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 288,34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 2,02

JADŁOSPIS- SZPITAL – MSWiA Poliklinika

21.01.2026-31.01.2026

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)orzecze 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) lubin.

Środa, 28 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 Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Szynka Jana wieprzowa (*6+1+9+10) 50g Mozzarella plaster (*7)20g Papryka 50g Roszponka 5g Herbata b/c 250ml	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Szynka Jana wieprzowa (*6+1+9+10) 50g Mozzarella plaster (*7)20g Pomidor 50g Roszponka5g Herbata b/c 250ml	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Szynka Jana wieprzowa (*6+1+9+10) 50g Mozzarella plaster (*7)20g Pomidor 50g Roszponka5g Herbata b/c 250ml	Kefir *7/200ml Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Szynka Jana wieprzowa (*6+1+9+10) 50g Mozzarella plaster (*7)20g Papryka 50g Roszponka 5g Herbata bez cukru 250ml	Płatki owsiane na mleku (*7+1) , mleko w proszku (*7), miód, mus z owoców, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml
II śniadanie	Mandarynka 100g	Banan 150g	Banan 150g	Mandarynka 100g Pestki dyni (+8) 10g	Sok owocowy 300ml
Obiad	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno-warzywnym z zacierką (*1*7*9) 400ml Udko z kurczaka pieczone (*9) 150g Ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki z olejem rzepakowym 70g Cukinia gotowana50g Kompot owocowy 250ml	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno-warzywnym z zacierką (*1*7*9) 400ml Udko z kurczaka gotowane z sosem koperkowym (*1*7*9) 150g/50ml Ziemniaki 200g Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 70g Cukinia gotowana 50g Kompot owocowy 250ml	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno-warzywnym z zacierką (*1*7*9) 400ml Udko z kurczaka gotowane z sosem koperkowym (*1*7*9) 150g/50ml Ziemniaki 200g Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 70g Cukinia gotowana 50g Kompot owocowy 250ml	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*1*7*9) 400ml Udko z kurczaka pieczone (*9) 150g Ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki z olejem rzepakowym70g Cukinia gotowana 50g Woda 500ml	Zupa szpinakowa (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7),bukiet warzyw gotowany jogurt nat. (*7)olej rzepakowy 450ml Kompot wieloowocowy 250ml
Podwiecz.	Jogurt owocowy (*7) 100g	Jogurt owocowy (*7) 100g	Jogurt owocowy (*7) 100g	Jogurt naturalny *7/100g	Jogurt owocowy (*7) 100g
Kolacja	Pasta rybna z łososiem i jajkiem z koperkiem (*4*3) 70g Miód 15g Pomidor 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Pasta rybna z łososiem i jajkiem z koperkiem (*4*3) 70g Miód 15g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Pasta rybna z łososiem i jajkiem z koperkiem (*4*3) 70g Miód 15g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Pasta rybna z łososiem i jajkiem z koperkiem (*4*3) 70g Szynka z indyka 75% (*1+6+9+10) 20g Pomidor 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Mięso wieprzowe, jajko(*3), gotowane warzywa: seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa,, kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml
Noony	Kanapka tostowa razowa z serem, jajkiem, sałatą, pomidorem i masłem (*1*3*7+6+9+10) 1szt./100g Ogórki słupki 100g	Kanapka tostowa pszenna z szynką drob.,twarogiem sałatą, pomidorem i masłem (*1*7*3+6+9+10) 1szt./100g Galaretką z owocami 123g	Kanapka tostowa pszenna z szynką drob., twarogiem sałatą, pomidorem i masłem (*1*7*3+6+9+10) 1szt./100g Galaretką z owocami 123g	Kanapka tostowa razowa z serem, jajkiem, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7*3+6+9+10) 1szt./100g Ogórki słupki 100g	
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2503 Białko ogółem [g]: 109,34 Tłuszcz[g]: 92,87 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 345,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 40,09 Sód [g]: 2,23	Wartość energet. [kcal] 2456 Białko ogółem [g]: 98,98 Tłuszcz[g]: 75,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 350,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:38,12 Sód[g]: 2,11	Wartość energet. [kcal] 2456 Białko ogółem [g]: 98,98 Tłuszcz[g]:75,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 350,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:38,12 Sód[g]: 2,11	Wartość energet. [kcal] 2329 Białko ogółem [g]:96,63 Tłuszcz[g]: 89,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 329,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:44,99 Sód [g]: 2,21	Wartość energet. [kcal]2003 Białko ogółem [g] 75,45 Tłuszcz[g] 53,54 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 302,63 W tym cukry [g] 31,12 Błonnik[g] 24,54 Sód [g] 2,18

JADŁOSPIS- SZPITAL – MSWiA Poliklinika

21.01.2026-31.01.2026

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)orzeczy 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) lubin.

Czwartek, 29 stycznia 2026					
	Dieta podstawowa (D01)	Dieta łatwostrawna (D02)	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(D05)	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(D03)	Dieta papkowata(D11)
	Kakao na mleku 2%/*7/250ml Twarożek z koperkiem (*7) 70g Dżem truskawkowy 25g Ogórek kiszony 50g Roszponka 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Kakao na mleku 2%/*7/250ml Twarożek z koperkiem (*7) 70g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Kakao na mleku 2%/*7/250ml Twarożek z koperkiem (*7) 70g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Rukola 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Schab z kija wieprzowy (*6*9*10+11) 40g Twarożek z koperkiem (*7) 80g 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, banan. bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml
	Gruszka 160g	Mus owocowy 100% b/c /100g	Mus owocowy 100% b/c /100g	Gruszka 160g Pestki dyni (+8) 15g	Mus owocowy 100% b/c /100g
	Barszcz czerwony z ziemniakami i fasolą na wywarze mięsno-warzywnym (*7,*9)400ml Pierogi ruskie z farszem twarogowo- ziemniaczanym gotowane i okraszone masłem (*1*3*9) 6szt./250g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 70g Szpinak gotowany z przyprawami 50g Kompot owocowy 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami na wywarze mięsny i włoszczyzny(*9)400ml Pierogi ruskie z farszem twarogowo- ziemniaczanym gotowane i okraszone masłem (*1*3*9) 6szt./250g Marchewka gotowana z masłem(*7) 70g Szpinak gotowany z przyprawami 50g Kompot owocowy 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami na wywarze mięsny i włoszczyzny(*9)400ml Pierogi ruskie z farszem twarogowo- ziemniaczanym gotowane i okraszone masłem (*1*3*9) 6szt./250g Marchewka gotowana z masłem(*7) 70g Szpinak gotowany z przyprawami 50g Kompot owocowy 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami i fasolą na wywarze mięsno-warzywnym (*7,*9)400ml Potrawka z kurczaka z warzywami (*1*7*9) 150g (100g mięsa) Ryż brązowy 200g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 70g Szpinak gotowany z przyprawami 50g Woda 500ml	Barszcz czerwony (*7,*9), ziemniaki, marchewka gotowana, mięso drobiowo-wieprzowe, mleko w proszku (*7), jogurt nat. (*7) olej rzepakowy 450ml Kompot wieloowocowy 250ml
	Kefir (*7) 200ml	Kefir (*7) 200ml	Kefir (*7) 200ml	Kefir (*7) 200ml	Mus owocowy 100% owoców 100g
	Salatka jarzynowa (*3*7*9) 120g Połędwica drobiowa z majerankiem (*1+6+9)30g Papryka 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Salatka jarzynowa (*3*7*9) 120g Połędwica drobiowa z majerankiem (*1+6+9)30g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Salatka jarzynowa (bez groszku)(*3*7*9) 120g Połędwica drobiowa z majerankiem (*1+6+9)30g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Salatka jarzynowa (*3*7*9) 120g Połędwica drobiowa z majerankiem (*1+6+9)30g Papryka 50g Chleb razowy (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Mięso wieprzowe, jajko(*3), warzywa gotowane: seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml
	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, połędwicą wieprzową, serem żółtym sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g Sok owocowy 300ml	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, połędwicą drobiową, twarogiem sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Sok owocowy 300ml	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, połędwicą drobiową, twarogiem,sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Sok owocowy 300ml	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, połędwicą wieprzową, serem żółtym sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g Pomidor 1 szt 100g	
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2550 Białko ogółem [g] 117,54 Tłuszcz[g] 91,123 w tym nasycone [g] 27,12 Węglowodany ogółem [g] 319,13 W tym cukry [g] 53,23 Błonnik[g] 37,65 Sód [g] 2,32	Wartość energet. [kcal] 2372 Białko ogółem [g] 82,02 Tłuszcz[g] 72,65 w tym nasycone [g] 22,44 Węglowodany ogółem [g] 344,29 W tym cukry [g] 55,12 Błonnik[g] 22,34 Sód [g] 2,23	Wartość energet. [kcal] 2372 Białko ogółem [g] 82,02 Tłuszcz[g] 72,65 w tym nasycone [g] 22,44 Węglowodany ogółem [g] 344,29 W tym cukry [g] 55,12 Błonnik[g] 22,34 Sód [g] 2,23	Wartość energet. [kcal] 2322 Białko ogółem [g] 96,54 Tłuszcz[g] 80,76 w tym nasycone [g] 19,12 Węglowodany ogółem [g] 268,22 W tym cukry [g] 42,76 Błonnik[g] 45,34 Sód [g] 2,10	Wartość energet. [kcal]1955 Białko ogółem [g] 80,12 Tłuszcz[g] 52,45 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 284,34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 1,98

JADŁOSPIS- SZPITAL – MSWiA Poliklinika

21.01.2026-31.01.2026

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)orzeczy 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) lubin.

Piątek, 30 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 (*7*1) 350ml Chleb mieszany, ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Jajko w sosie koperkowym (*3*7) 1 szt./30ml Połudwica rubinowa wieprzowa (*9*10+1) 40g Pomidor 50g Roszponka 5g Herbata b/c 250ml	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1) 350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Jajko w sosie koperkowym (*3*7) 1 szt./30ml Połudwica rubinowa wieprzowa (*9*10+1) 40g Pomidor 50g Roszponka 5g Herbata b/c 250ml	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1) 350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Połudwica rubinowa wieprzowa (*9*10+1)50g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Roszponka 5g Herbata b/c 250ml	Mozzarella *7/30g Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Jajko w sosie koperkowym (*3*7) 1 szt./30ml Połudwica rubinowa wieprzowa (*9*10+1) 40g Pomidor 50g Roszponka 5g Herbata bez cukru 250ml	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1), mleko w proszku (*7), miód, mus z owoców, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata z cukrem 250ml
II śniadanie	Galaretką z owocami 123g	Galaretką z owocami 123g	Galaretką z owocami 123g	Pomarańcza 150g Migdały(*8) 10g	Sok owocowy 300ml
Obiad	Zupa pieczarkowa na wywarze mięsno-warzywnym z makaronem brązowym (*1*7*9)400ml Kotlet rybny z morskczuka pieczony w panierce (*1*4) 110g Ziemniaki 200g Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 70g Fasolka szparagowa gotowana 50g Kompot owocowy 250ml	Zupa wiejska na wywarze mięsno-warzywnym z makaronem (*1*7*9)400ml Pulpet rybny z morskczuka na parze z masłem i koperkiem (*1*4) 100g Ziemniaki 200g Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 70g Cukinia gotowana z masłem (*7) 50g Kompot owocowy 250ml	Zupa wiejska na wywarze mięsno-warzywnym z makaronem (*1*7*9)400ml Pulpet rybny z morskczuka na parze z masłem i koperkiem (*1*4) 100g Ziemniaki 200g Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 70g Cukinia gotowana z masłem (*7) 50g Kompot owocowy 250ml	Zupa pieczarkowa na wywarze mięsno-warzywnym z makaronem razowym (*7*9)400ml Ryba morskczuk na parze z masłem i koperkiem (*1*4) 100g Ziemniaki 200g Surówka z kiszzonej kapusty, marchewki z pietruszką i olejem rzepakowym 70g Fasolka szparagowa gotowana 50g Woda 500ml	Zupa wiejska (*7,*9), ziemniaki, Morskczuk gotowany, mleko w proszku (*7), buraczki gotowane, jogurt naturalny (*7) olej rzepakowy 450ml Kompot wieloowocowy 250ml
Podwieczorek	Kefir (*7) 150g	Kefir (*7) 150g	Kefir (*7) 150g	Kefir (*7) 150g	Jogurt naturalny (*7) 150g
Kolacja	Risotto z kurczakiem i warzywami (*1*9) 200g Ogórek kiszony 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Risotto z kurczakiem i warzywami (*1*9) 200g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Risotto z kurczakiem i warzywami (*1*9) 200g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Risotto z brązowego ryżu z kurczakiem i warzywami (*1*9) 200g Ogórek kiszony 50g Chleb razowy (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Mięso wieprzowe, jajko(*3),gotowane warzywa: seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, , kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml
Nocny	Bułka razowa z mix roślinnym, serem żółtym, jajkiem,sałatą i ogórkiem (*7*1*6+9+10) 100g Mus owocowy 100%/100g	Bułka pszenna z mix roślinnym, mozzarella, jajkiem sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Mus owocowy 100%/100g	Bułka pszenna z mix roślinnym, mozzarella, jajkiem sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Mus owocowy 100%/100g	Bułka razowa z mix roślinnym, serem żółtym, jajkiem, sałatą i ogórkiem (*1*7*6+9+10) 100g Papryka słupki 100g	
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2521 Białko ogółem [g]: 109,04 Tłuszcz[g]: 95,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 345,23 w tym cukry[g]: 46,245 Błonnik[g]:38,12 Sód [g]: 2,43	Wartość energet. [kcal]2460 Białko ogółem [g]: 99,22 Tłuszcz[g]: 79,34 w tym tłuszcze nasycone[g]: 15,56 Węglowodany ogółem[g]: 355,98 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:23,04 Sód [g]: 2,38	Wartość energet. [kcal]2425 Białko ogółem [g]: 99,22 Tłuszcz[g]: 76,34 w tym tłuszcze nasycone[g]: 15,56 Węglowodany ogółem[g]: 355,98 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:23,04 Sód [g]: 2,32	Wartość energet. [kcal] 2361 Białko ogółem [g]: 99,87 Tłuszcz[g]: 74,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 283,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:45,99 Sód [g]: 2,33	Wartość energet. [kcal]2011 Białko ogółem [g] 75,54 Tłuszcz[g] 51.3 w tym nasycone [g] 19.23 Węglowodany ogółem [g] 289.34 W tym cukry [g] 19,22 Błonnik[g] 20,45 Sód [g] 1,92

JADŁOSPIS- SZPITAL – MSWiA Poliklinika

21.01.2026-31.01.2026

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)orzeczy 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) lubin.

Sobota, 31 stycznia 2026					
	Dieta podstawowa (D01)	Dieta łatwostrawna (D02)	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(D05)	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(D03)	Dieta pakowata(D11)
I Śniadanie	Kakao na mleku 2% (*7) 250ml Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Połudwica sopocka +1+9+10) 50g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Roszponka 5g Herbata b/c 250ml	Kakao na mleku 2% (*7) 250ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Połudwica sopocka +1+9+10) 50g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Roszponka 5g Herbata b/c 250ml	Kakao na mleku 2% (*7) 250ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Połudwica sopocka +1+9+10) 50g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Roszponka 5g Herbata b/c 250ml	Jogurt naturalny 100g *7 Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Połudwica sopocka +1+9+10) 50g Twaróg (*7) 30g Pomidor 50g Roszponka 5g Herbata bez cukru 250ml	Płatki owsiane na mleku (*7+1) , mleko w proszku (*7), miód, banan, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml
II śniadanie	Salatka ze świeżych warzyw z serem feta i olejem rzepakowym 150g (*7)	Banan 120g	Banan 120g	Salatka ze świeżych warzyw z serem feta i olejem rzepakowym 150g (*7)	Mus owocowy 100%/100g
Obiad	Zupa fasolowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml Sos szpinakowy z duszoną piersią kurczaka (*1*7*9) 150g (100g mięsa) Makaron gotowany 200g (*1) Surówka z czerwonej kapusty z olejem rzepakowym 70g Kalafior gotowany 50g Kompot owocowy 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml Sos szpinakowy z duszoną piersią kurczaka (*1*7*9) 150g(100g mięsa) Makaron gotowany(*1) 200g Marchewka gotowana z masłem (*7) 70g Kalafior gotowany 50g Kompot owocowy 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml Sos szpinakowy z duszoną piersią kurczaka (*1*7*9) 150g (100gmięsa) Makaron gotowany (*1) 200g Marchewka gotowana z masłem (*7) 70g Kalafior gotowany 50g Kompot owocowy 250ml	Zupa fasolowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml Sos szpinakowy z duszoną piersią kurczaka (*1*7*9) 150g (100g mięsa) Makaron pełnoziarnisty gotowany (*1) 200g Surówka z czerwonej kapusty z olejem rzepakowym 70g Kalafior gotowany 50g Wod 500ml	Zupa jarzynowa (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe, kalafior gotowany, mleko w proszku (*7), jogurt naturalny (*7) olej rzepakowy 450ml Kompot wieloowocowy 250ml
Podwieczor	Serek homogenizowany owocowy(*7) 150g	Serek homogenizowany owocowy(*7) 150g	Serek homogenizowany owocowy(*7) 150g	Kefir (*7) 200ml	Jogurt owocowy (*7) 100g
Kolacja	Szynka delikatesowa drobiowa (*1+6+9) 60g Mozzarella (*7) 30g Papryka 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Szynka delikatesowa drobiowa (*1+6+9) 60g Mozzarella (*7) 30g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Szynka delikatesowa drobiowa (*1+6+9) 60g Mozzarella (*7) 30g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Szynka delikatesowa drobiowa (*1+6+9) 60g Mozzarella (*7) 30g Papryka 50g Chleb razowy (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Mięso drobiowe, jajko(*3), gotowane warzywa: seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, , kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml
Noctny	Kanapka tostowa razowa z szynką wieprzową, mozzarellą, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt./100g Sok owocowy 300ml	Kanapka tostowa pszenna z szynką wieprzową ,mozzarellą, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt./100g Sok owocowy 300ml	Kanapka tostowa pszenna z szynką wieprzową, mozzarellą, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt./100g Sok owocowy 300ml	Kanapka tostowa razowa z szynką wieprzową , mozzarellą, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt./100g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 100g	
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2459 Białko ogółem [g]: 107,34 Tłuszcz[g]: 85,87 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 325,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 40,09 Sód [g]: 2,41	Wartość energet. [kcal] 2487 Białko ogółem [g]: 98,63 Tłuszcz[g]: 76,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 331,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:27,99 Sód [g]: 2,33	Wartość energet. [kcal] 2467 Białko ogółem [g]: 98,63 Tłuszcz[g]: 76,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 331,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:27,99 Sód [g]: 2,33	Wartość energet. [kcal] 2257 Białko ogółem [g]: 92,04 Tłuszcz[g]: 70,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 260,23 w tym cukry[g]: 30,245 Błonnik[g]:46,12 Sód [g]: 2,25	Wartość energet. [kcal]1983 Białko ogółem [g] 75,54 Tłuszcz[g] 51.3 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 289.34 W tym cukry [g] 19,22 Błonnik[g] 20,45 Sód [g] 1,82

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