

JADŁOSPIS- Poliklinika MSWiA

21.02.2026-28.02.2026

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) tulin.

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

Sobota, 21 lutego 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 Polędwica sopocka wieprzowa (*6+9+10) 50g Mozzarella plastry (*7) 20g Papryka 50g Sałata 1 liść /5g Herbata b/c 250ml	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Polędwica sopocka wieprzowa (*6+9+10) 50g Mozzarella plastry (*7) 20g Pomidor 50g Sałata 1liść/5g Herbata b/c 250ml	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Polędwica sopocka wieprzowa (*6+9+10) 50g Mozzarella plastry (*7) 20g Pomidor 50g Sałata 1 liść /5g Herbata b/c 250ml	Jogurt naturalny (*7) 100g Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Polędwica sopocka wieprzowa (*6+9+10) 50g Mozzarella plastry (*7) 20g Papryka 50g Sałata 1 liść/5g Herbata bez cukru 250ml	Płatki owsiane na mleku (*7+1) , mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) banan 450ml Herbata 250ml
II śniadanie	Kefir naturalny *7/200ml	Kefir naturalny *7/200ml	Kefir naturalny *7/200ml	Kefir naturalny *7 200ml Pestki słonecznika (*8) 10g	Mus owocowy bez cukru 100%/100ml
Obiad	Zupa z cukinią i koperkiem na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml Łazanki z kapustą kiszoną i chudym mięsem wieprzowym z szynki duszonym z makaronem (*1*9) 300g Jabłko 150g Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa z cukinią i koperkiem na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml Makaron świderki gotowany (*1*3) 200g Sos pomidorowo- mięsny z mięsem wieprzowo-drobiowym i ziołami (*1*9) 150g Banan 120g Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa z cukinią i koperkiem na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml Makaron świderki gotowany (*1*3) 200g Sos pomidorowo- mięsny z mięsem wieprzowo-drobiowym i ziołami (*1*9) 150g Banan 120g Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa z cukinią i koperkiem na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml Makaron pełnoziarnisty gotowany (*1) 200g Sos pomidorowo-mięsny z mięsem wieprzowo-drobiowym i ziołami (*1*9) 150g Surówka z marchewki z olejem rzepakowym 120g Woda 500ml	Zupa z cukinii (*7*9), ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), jogurt (*7) marchew gotowana 450ml Kompot owocowy 250ml
Podwiecz	Sałatka ze świeżych warzyw z fetą i olejem rzepakowym (*7) 150g	Mus owocowy 100%/100g	Mus owocowy 100%/100g	Sałatka ze świeżych warzyw z fetą i olejem rzepakowym (*7) 150g	Kefir naturalny (*7) 200ml
Kolacja	Pasta rybna z łososiem i koperkiem (*4*7) 70g Miód 1szt./15g Ogórek kiszony 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Pasta rybna z łososiem i koperkiem (*4*7) 70g Miód 1szt./15g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Pasta rybna z łososiem i koperkiem (*4*7) 70g Miód 1szt./ 15g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Pasta rybna z łososiem i koperkiem (*4*7) 70g Polędwica sopocka (*6+9+10) 30g Pomidor 50g Ogórek kiszony 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata bez cukru 250ml	Mięso drobiowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa,, kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, polędwicą sopocką, jajkiem,safałą i pomidorem (*7*1*6+9+10) 100g Galaretką z owocami 123g	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, polędwicą sopocką, jajkiem, safałą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Galaretką z owocami 123g	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, polędwicą sopocką jajkiem,safałą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Galaretką z owocami 123g	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, polędwicą sopocką, jajkiem,safałą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Ogórek słupki 100g	
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2446 Białko ogółem [g]: 112,04 Tłuszcz[g]: 91,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 335,23 w tym cukry[g]: 46,245 Błonnik[g]:39,12 Sód [g]: 2,82	Wartość energet. [kcal] 2385 Białko ogółem [g]: 103,22 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]: 2,62	Wartość energet. [kcal] 2385 Białko ogółem [g]: 103,22 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]: 2,62	Wartość energet. [kcal] 2319 Białko ogółem [g]: 109,04 Tłuszcz[g]: 75,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 311,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:42,12 Sód[g]: 2,55	Wartość energet. [kcal]2030 Białko ogółem [g] 69,45 Tłuszcz[g] 58.12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 288.34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 2,12

JADŁOSPIS- Poliklinika MSWiA

21.02.2026-28.02.2026

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) łubin.

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

Niedziela, 22 lutego 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 Kiełbasa 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 Kiełbasa 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 Kiełbasa 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) mus owocowy 450ml Herbata 250ml
II śniadanie	Drożdżówka (*1*3*7+6) 50g	Drożdżówka (*1*3*7+6) 50g	Drożdżówka (*1*3*7+6) 50g	Jabłko 150g Migdały (*8) 10g	Jogurt naturalny *7 100g
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 120g 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 120g 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 120g 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 120g Woda 500ml	Rosół (*7,*9), ziemniaki, mięso wieprzowe, mleko w proszku (*7), jogurt (*7) buraczki gotowane 450ml Kompot wieloowocowy 250ml
Podwie	Banan 120g	Banan 120g	Banan 120g	Jogurt naturalny *7/100ml	Mus owocowy 100%/100g
Kolacja	Ser żółty (*7) 50g Polędwica drobiowa (+1+6+9+10) 40g Pomidor 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Twarożek z natką pietruszki (*7) 70g Polędwica 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 Polędwica 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 Polędwica 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, , kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml
Nocny	Kanapka tostowa razowa z szynką, twarożkiem, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Ogórek świeży 100g	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. Ogórek świeży 100g	

WARTOŚCI ODŻYWCZE	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] 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

21.02.2026-28.02.2026

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) łubin.

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

Poniedziałek, 23 lutego 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 Polędwica sopočka wieprzowa (*6+9+10) 40g Ogórek kiszony 50g Rozszponka 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 jogurtowokoperkowym (*7*3) 50g/30ml Polędwica sopočka wieprzowa (*6+9+10) 40g Pomidor 50g Rozszponka 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Kakao na mleku 2% tł. *7 250ml Polędwica sopočka wieprzowa (*6+9+10) 60g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Rozszponka 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Twaróg *7/30g Jajko w sosie jogurtowokoperkowym (*7*3) 50g/30ml Polędwica sopočka wieprzowa (*6+9+10) 40g Ogórek kiszony 50g Rozszponka 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) banan 450ml Herbata 250ml
II śniadanie	Mandarynka 100g	Galaretką z owocami 123g	Galaretką 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 120g 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) 120g 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) 120g 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 120g Woda 500ml	Zupa jarzynowa (*1*3*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), jogurt (*7) , marchew gotowana 450ml Kompot wieloowocowy 250ml
Podzi	Salatka ze świeżych warzyw z fetą i olejem rzepakowym (*7) 150g	Jogurt naturalny 100ml (*7)	Jogurt naturalny 100ml *7	Salatka ze świeżych warzyw z fetą i olejem rzepakowym (*7) 150g	Jogurt naturalny 100ml *7
Kolacja	Mozzarella plastry(*7)50g Szyńka 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 Szyńka 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 Szyńka 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 Szyńka 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, kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml
Nocny	Kanapka tostowa razowa z szynką wieprzowa, twarogiem, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt./100g Pomidor 100g	Kanapka tostowa pszenna z szynką wieprzowa, twarogiem, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt./100g Mus owocowy 100%/100g	Kanapka tostowa pszenna z szynką wieprzowa, twarogiem, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt./100g Mus owocowy 100%/100g	Kanapka tostowa razowa z szynką wieprzowa, twarogiem, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt./100g Pomidor 100g	

WARTOŚCI ODŻYWCZE	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] 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

21.02.2026-28.02.2026

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) łubin.

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

Wtorek, 24 lutego 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 Pasta twarogowa z koperkiem (*7) 70g Schab wieprzowy z kija (*6+9+10) 30g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Płatki jęczmienne na mleku (*1*7)350ml Pasta twarogowa z koperkiem (*7) 70g Schab wieprzowy z kija (*6+9+10) 30g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Płatki jęczmienne na mleku (*1*7)350ml Pasta twarogowa z koperkiem (*7) 70g Schab wieprzowy z kija (*6+9+10) 30g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Jogurt naturalny *7/100g Pasta twarogowa z koperkiem (*7) 70g Schab wieprzowy z kija (*6+9+10) 30g Pomidor 50g Roszponka 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) mus owocowy 450ml Herbata z cukrem 250ml
II śniadanie	Gruszka 150g	Mus owocowy bez cukru 100%100g	Mus owocowy bez cukru 100%100g	Gruszka 150g Migdały (*8) 10g	Mus owocowy 100%/100g
Obiad	Zupa pieczarkowa z makaronem na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml Pulpet ryżowo-mięsny wieprzowo-drobiowy gotowany w sosie pomidorowym (*7*9) 130g(100g mięsa, 30 g ryżu) /50ml Ziemniaki 200g Surówka z białej kapusty z olejem rzepakowym 120g 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) 130g(100g mięsa, 30 g ryżu) /50ml Ziemniaki 200g Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7)120g 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) 130g(100g mięsa, 30 g ryżu) /50ml Ziemniaki 200g Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7)120g Kompot owocowy 250ml	Zupa pieczarkowa z makaronem razowym na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml Pulpet ryżowo-mięsny wieprzowodrobiowy gotowany w sosie pomidorowym (*7*9) 130g(100g mięsa, 30 g ryżu) /50ml Ziemniaki 200g Surówka z białej kapusty z olejem rzepakowym 120g Woda 500ml	Zupa wiejska(*9), ziemniaki, mięso drobiowo-wieprzowe, mleko w proszku (*7), jogurt (*7) bukiet warzyw gotowany 450ml Kompot wieloowocowy 250ml
Podwiecz	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	Kefir (*7) 200ml	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g
Kolacja	Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym i piersią kurczaka (*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 kurczaka (*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 kurczaka (*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 kurczaka (*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,, kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, mozzarellą, szynką wieprzowa, sałatą i ogórkiem (*7*1*6+9+10) 100g/1szt. Galaretko owocowa 123g	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, szynką wieprzowa ,sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Galaretko owocowa 123g	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, szynką wieprzowa ,sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Galaretko owocowa 123g	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, mozzarellą, szynką wieprzowa, sałatą i ogórkiem (*1*7*6+9+10) 100g Papryka 100g	

WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2539 Białko ogółem [g]: 106,26 Tłuszcz[g]: 85,04 w tym tłuszcze nasycone[g]: 28,03 Węglowodany ogółem[g]: 333,27 w tym cukry[g]: 57,64 Błonnik[g]: 31,72 Sód [g]: 2,64	Wartość energet. [kcal] 2395 Białko ogółem [g]: 91,54 Tłuszcz[g]: 77,02 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 337,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 22,12 Sód [g]: 2,32	Wartość energet. [kcal]2375 Białko ogółem [g] 90,23 Tłuszcz[g] 74,12 w tym nasycone [g] 14,234 Węglowodany ogółem [g] 335,08 W tym cukry [g] 49,98 Błonnik[g] 19,24 Sód [g] 2,28	Wartość energet. [kcal] 2350 Białko ogółem [g]: 92,34 Tłuszcz[g]:78,59 w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,04 Węglowodany ogółem[g]: 290,67 w tym cukry[g]:37,34 Błonnik[g]:39,78 Sód [g]: 2,14	Wartość energet. [kcal]2005 Białko ogółem [g] 70,12 Tłuszcz[g] 50,45 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 284,34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 1,99

JADŁOSPIS- Poliklinika MSWiA

21.02.2026-28.02.2026

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) tulin.

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

Środa, 25 lutego 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 Pomidor 50g Sałata 1liść/5g Herbata b/c 250ml	Kawa Inka na mleku 2% (*) 250ml Chleb pszenny (*)1 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 (*)1 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 (*)1 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Szynka z indyka (+1+9+10) 50g Mozzarella plaster(*) 30g Ogórek kiszony 50g Kiełki rzodkiewki 5g Herbata bez cukru 250ml	Płatki owsiane na mleku (*7+1) , mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*)1 banan 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 120g 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 120g 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 120g 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 120g Woda 500ml	Zupa brokułowa (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), jogurt (*7), buraczki gotowane 450ml Kompot wieloowocowy 250ml
Podwiecz	Jogurt owocowy (*) 100g	Jogurt owocowy (*) 100g	Jogurt owocowy (*) 100g	Jogurt naturalny (*)100g	Jogurt owocowy (*) 100g
Kolacja	Sałátka śledziowa z ogórkiem kiszonym i cebulką (*)4 140g Papryka 50g Chleb mieszany ziarnisty (*)1 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*) 20g Herbata b/c 250ml	Pasta rybno -twarogowa z łososiem i koperkiem (*4*7) 70g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Chleb pszenny (*)1 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*) 20g Herbata b/c 250ml	Pasta rybno -twarogowa z łososiem i koperkiem (*4*7) 70g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Chleb pszenny (*)1 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*) 20g Herbata b/c 250ml	Sałátka śledziowa z ogórkiem kiszonym i cebulką (*)4 140g Papryka 50g Chleb razowy (*)1 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*) 20g Herbata bez cukru 250ml	Mięso drobiowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, kasza manna (*)1 450ml Herbata 250ml
Nocny	Bułka razowa z mix roślinnym, poledwicą sopočką, jajkiem, sałata i ogórkiem (*7*1*6+9+10) 100g Mus owocowy 100%/100g	Bułka pszenna z mix roślinnym, poledwicą sopočką, jajkiem, sałata i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Mus owocowy 100%/100g	Bułka pszenna z mix roślinnym, poledwicą sopočką jajkiem, sałata i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Mus owocowy 100%/100g	Bułka razowa z mix roślinnym, poledwicą sopočką, jajkiem, sałata 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

21.02.2026-28.02.2026

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) łubin.

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

Czwartek, 26 lutego 2026					
	Dieta podstawowa (D01)	Dieta łatwostrawna (D02)	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(D05)	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(D03)	Dieta papkowata(D11)
Sniadanie	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) , mus owocowy 450ml Herbata 250ml
II śniadanie	Sałátka ze świeżych warzyw z oliwą i pestkami słonecznika 150g	Mus owocowy 100%.100g	Mus owocowy 100%.100g	Sałátka 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 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 120g 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 120g 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 i jabłka ze słonecznikiem z jogurtem naturalnym 120g Woda 500ml	Zupa szpinakowa (*7*9) ziemniaki, mięso wieprzowe , mleko w proszku (*7), marchewka gotowana, jogurt (*7) 450ml Kompot owocowy 250ml
Podwieczorek	Kefir naturalny (*7) 150g	Kefir naturalny (*7) 150g	Kefir naturalny (*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,, kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, poledwicą drobiową, jajkiem sałatą i ogórkiem (*1*3*6+9+10) 100g Ogórek świeży słupki 100g	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwicą drobiową, jajkiem, sałatą i pomidorem (*1*3*6+9+10) 100g Sok owocowy 200ml	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwicą drobiową, białkiem jaja, sałatą i pomidorem (*1*3*6+9+10) 100g Sok owocowy 200ml	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, poledwicą drobiową, jajkiem sałatą i ogórkiem (*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

21.02.2026-28.02.2026

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) tulin.

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

Piątek, 27 lutego 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), banan 450ml Herbata z cukrem 250ml
II śniad	Mandarynka 100g	Banan 1szt./120g	Banan 1szt./120g	Mandarynka 100g Migdały (*8) 10g	Jogurt owocowy 100ml *7
Obiad	Zupa pomidorowa na wywarze mięsno-warzywnym z ryżem (*7*9)400ml Filet z morskczuka panierowany i smażony (*1*3*4) 110g Surówka z kapusty kiszzonej i marchewki z olejem rzepakowym 120g Ziemniaki gotowane 200g Kompot owocowy 250ml	Zupa pomidorowa na wywarze mięsno-warzywnym z ryżem (*7*9)400ml Filet z morskczuka gotowany w sosie koperkowym(*1*3*4*7) 100g/50ml Cukinia gotowana z masłem (*7) 120g Ziemniaki gotowane 200g Kompot owocowy 250ml	Zupa pomidorowa na wywarze mięsno-warzywnym z ryżem (*7*9)400ml Filet rybny z morskczuka gotowany w sosie koperkowym (*1*3*4*7) 100g/50ml Cukinia gotowana z masłem (*7) 120g Ziemniaki gotowane 200g Kompot owocowy 250ml	Zupa pomidorowa na wywarze mięsno-warzywnym z ryżem brązowym (*7*9)400ml Filet rybny z morskczuka gotowany w sosie koperkowym (*1*3*4*7) 100g/50ml Surówka z kapusty kiszzonej i marchewki z olejem rzepakowym 120g Ziemniaki gotowane 200g Woda 500ml	Zupa pomidorowa (*7*9) , ziemniaki, ryba na parze (*4), brokuł, cukinia, mleko w proszku (*7), jogurt (*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, kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, mozzarellą ,połędwicą wieprzową sałatą i papryką (*7*1*6+9+10) 100g Galaretką z owocami b/c 123g	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą połędwicą wieprzową,salaatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Galaretką z owocami b/c 123g	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą połędwicą wieprzową,salaatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Galaretką z owocami b/c 123g	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, mozzarellą, połędwicą wieprzową,salaatą 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

21.02.2026-28.02.2026

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) łubin.

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

Sobota, 28 lutego 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 (*) 350ml Pasztet zapiekany drobiowy z suszonymi pomidorami (*1*3*9+7+6) 60g Twaróg plaster (*) 30g Papryka 50g Rukola 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Herbata b/c 250ml	Ryż na mleku (*) 350ml Polędwica drobiowa z majerankiem (+1+9+10+11) 60g Twaróg plaster (*) 30g Pomidor 50g Rukola 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Herbata b/c 250ml	Ryż na mleku (*) 350ml Polędwica drobiowa z majerankiem (+1+9+10+11) 60g Twaróg plaster (*) 30g Pomidor 50g Rukola 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Herbata b/c 250ml	Polędwica drobiowa z majerankiem (+1+9+10+11) 30g Pasztet zapiekany z suszonymi pomidorami (*1*3*9+6) 60g Twaróg plaster (*) 30g Papryka 50g Rukola 5g Chleb razowy (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Herbata b/c 250ml	Ryż na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1), mus owocowy 450ml Herbata 250ml
lŚniad	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 120g 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) 120g 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) 120g Kompot owocowy 250ml	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 120g Woda 500ml	Barszcz czerwony (*7*9), ziemniaki, mięso drobiowe, marchewka, mleko w proszku (*7), jogurt(*7) 450ml Kompot owocowy 250ml
Podw	Kefir naturalny (*7) 150g	Kefir naturalny (*7) 150g	Kefir naturalny (*7) 150g	Kefir naturalny (*7) 150g	Mus owocowy 100%/100g
Kolacja	Szynka krakowska parzona wieprzowa (+6+9+10) 50g Mozzarella plaster(*)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(*)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(*)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(*)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, kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml
Nocny	Bułka razowa z mix roślinnym, polędwicą wieprzową, jajkiem,sałata i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g Ogórek świeży 100g	Bułka pszenna z mix roślinnym, polędwicą wieprzową,jajkiem sałata i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Banan 120g	Bułka pszenna z mix roślinnym, polędwicą wieprzową, jajkiem sałata i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Banan 120g	Bułka razowa z mix roślinnym, polędwicą wieprzową,jajkiem sałata i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g Ogórek świeży 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