

JADŁOSPIS- SZPITAL – MSWiA Poliklinika

21.03.2026-31.03.2026

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.

Sobota, 21 marca 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% (*7) 250ml Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Szynka z indyka 75% (*1+6+9) 50g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Sałata 1liść/5g Herbata b/c 250ml	Kakao na mleku 2% (*7) 250ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Szynka z indyka 75% (*1+6+9) 50g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Sałata 1liść/5g Herbata b/c 250ml	Kakao na mleku 2% (*7) 250ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Szynka z indyka 75% (*1+6+9) 50g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Sałata 1 liść /5g Herbata b/c 250ml	Kefir 200ml *7 Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Szynka z indyka 75% (*1+6+9) 50g Mozzarella *7/30g 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 śniad	Jabłko 150g	Banan 120g	Banan 120g	Jabłko 150g Pestki dyni (*8) 120g	Mus owocowy 100% bez cukru /100g
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml Gulasz drobiowy duszony z warzywami i natką (*7) 100g/50g Ziemniaki 200g Sałatka z ogórka kiszzonego i cebulki z olejem rzepakowym 120g Kompot owocowy 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml Gulasz drobiowy duszony z warzywami i natką (*7) 100g/50g Ziemniaki 200g Marchewka gotowana z masłem(*7) 120g Kompot owocowy 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml Gulasz drobiowy duszony z warzywami i natką (*7) 100g/50g Ziemniaki 200g Marchewka gotowana z masłem(*7) 120g Kompot owocowy 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml Gulasz drobiowy duszony z warzywami i natką (*7) 100g/50g Ziemniaki 200g Surówka z marchwi z olejem rzepakowym 120g Kompot owocowy b/c 250ml	Zupa pomidorowa (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml
Podw	Jogurt owocowy (*7) 100g	Jogurt owocowy (*7) 100g	Jogurt owocowy (*7) 100g	Jogurt naturalny (*7) 100g	Jogurt owocowy (*7) 150g
Kolacja	Pasta rybno- twarogowa z łososiem i koperkiem (*4*7) 60g Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 20g Pomidor 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Pasta rybno- twarogowa z łososiem i koperkiem (*4*7) 60g Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 20g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Pasta rybno- twarogowa z łososiem i koperkiem (*4*7) 60g Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 20g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Pasta rybno- twarogowa z łososiem i koperkiem (*4*7) 60g Szynka rubinowa wieprzowa (+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 mix roślinnym, poledwica wieprzowa, jajkiem,sałatą i papryką (*1*6+9+10) 100g Mandarynka 100g	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwica wieprzowa,jajkiem sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Galaretką z owocami 123g	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwica wieprzowa, jajkiem sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Galaretką z owocami 123g	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, poledwica wieprzowa,jajkiem sałatą i papryką (*1*6+9+10) 100g Ogórek słupki 100g	
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2445 Białko ogółem [g]: 102,34 Tłuszcz[g]: 94,54 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 335,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 35,09 Sód [g]: 2,5	Wartość energet. [kcal] 2315 Białko ogółem [g]: 92,98 Tłuszcz[g]: 73,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 342,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:30,12 Sód [g]: 2,43	Wartość energet. [kcal] 2315 Białko ogółem [g]: 92,98 Tłuszcz[g]: 73,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 342,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:30,12 Sód [g]: 2,43	Wartość energet. [kcal] 2378 Białko ogółem [g]:95,98 Tłuszcz[g]: 92,65 w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,03 Węglowodany ogółem[g]: 291,12 w tym cukry[g]: 38,64 Błonnik[g]:45,99 Sód[g]: 2,46	Wartość energet. [kcal]201 Białko ogółem [g] 72,45 Tłuszcz[g] 56,12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 304,11 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 2,99

JADŁOSPIS- SZPITAL – MSWiA Poliklinika

21.03.2026-31.03.2026

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.

Niedziela, 22 marca 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) 400ml Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Jajecznica na parze (*3) 100g Szynka drobiowa z kurczaka (*1+6) 20g Papryka 50g Kiełki rzodkiewki 5g Herbata b/c 250ml	Płatki jęczmienne na mleku (*7+1) 400ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Jajecznica na parze (*3) 100g Szynka drobiowa z kurczaka (*1+6) 20g Pomidor 50g Liść sałaty 5g Herbata b/c 250ml	Płatki jęczmienne na mleku (*7+1) 400ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Jajecznica z białek na parze (*3) 100g Szynka drobiowa z kurczaka (*1+6) 20g Pomidor 50g Liść sałaty 5g Herbata b/c 250ml	Mozzarella *7/20g Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Jajecznica na parze (*3) 100g Szynka drobiowa z kurczaka (*1+6) 20g Papryka 50g Kiełki rzodkiewki 5g Herbata bez cukru 250ml	Płatki jęczmienne na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1), banan 450ml Herbata 250ml
II śniadanie	Ciasto drożdżowe(*1*3*7+6) 50g	Ciasto drożdżowe(*1*3*7+6) 50g	Ciasto drożdżowe(*1*3*7+6) 50g	Pomarańcza 150g Migdały (+8) 10g	Sok owocowy 300ml
Obiad	Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z ryżem (*9) 400ml Kotlet schabowy panierowany i smażony (*1*3) 110g Ziemniaki 200g Surówka z białej kapusty i kukurydzy z olejem rzepakowym 120g Kompot owocowy 250ml	Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z ryżem(*9) 400ml Schab pieczony w sosie pieczeniowym (*1*7) 100g/50ml Ziemniaki 200g Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 120g Kompot owocowy 250ml	Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z ryżem (*9) 400ml Schab pieczony w sosie pieczeniowym (*1*7) 100g/50ml Ziemniaki 200g Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 120g Kompot owocowy 250ml	Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z ryżem brązowym (*9) 400ml Schab pieczony w sosie pieczeniowym (*1*7) 100g/50ml Ziemniaki 200g Surówka z białej kapusty z olejem rzepakowym 120g Kompot owocowy b/c 250ml	Rosół (*9) ziemniaki, mięso wieprzowe , mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot owocowy 250ml
Podwie	Banan 120g	Banan 120g	Banan 120g	Salatka ze świeżych warzyw z fetą i olejem rzepakowym (*7) 150g	Jogurt naturalny *7/100g
Kolacja	Polędwica wiśniowa wieprzowa (*6+9+10+11) 40g Twarożek z koperkiem (*7) 50g Ogórek kiszony 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Polędwica wiśniowa wieprzowa (*6+9+10+11) 40g Twarożek z koperkiem (*7) 50g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Polędwica wiśniowa wieprzowa (*6+9+10+11) 40g Twarożek z koperkiem (*7) 50g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Polędwica wiśniowa wieprzowa (*6+9+10+11) 40g Twarożek z koperkiem (*7) 50g Ogórek kiszony 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe 82%(*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 mix roślinnym, polędwicą wieprzową, serem żółtym sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g Pomidor 100g	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, polędwicą drobiową, twarogiem,sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Mus owocowy 100%/100g	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, polędwicą drobiową, twarogiem,sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Mus owocowy 100%.100g	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, polędwicą wieprzową, serem żółtym sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g Pomidor 1szt..100g	
WARTOŚCI	Wartość energet. [kcal] 2502 Białko ogółem [g]: 101,26 Tłuszcz[g]: 90,04 w tym tłuszcze nasycone[g]: 30,03 Węglowodany ogółem[g]: 331,27 w tym cukry[g]: 57,64 Błonnik[g]: 38,72 Sód[g]: 2,42	Wartość energet. [kcal] 2456 Białko ogółem [g]: 95,66 Tłuszcz[g]: 82,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 332,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 30,12 Sód [g]: 2,33	Wartość energet. [kcal] 2382 Białko ogółem [g]: 92,66 Tłuszcz[g]: 78,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 332,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 29,53 Sód [g]: 2,28	Wartość energet. [kcal] 2420 Białko ogółem [g]: 99,89 Tłuszcz[g]: 90,65 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 300,82 w tym cukry[g]:47,23 Błonnik[g]: 46,09 Sód [g]:2,42	Wartość energet. [kcal]2037 Białko ogółem [g] 72,12 Tłuszcz[g]61,45 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 299,34 W tym cukry [g] 33,11 Błonnik[g] 22,45 Sód[g] 2,7

JADŁOSPIS- SZPITAL – MSWiA Poliklinika

21.03.2026-31.03.2026

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.

Poniedziałek, 23 marca 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 Połędwica sopocka wieprzowa *6+7+8+9+10 40g Mozzarella *7/ 40g 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 Połędwica sopocka wieprzowa *6+7+8+9+10 40g Mozzarella *7/40g Pomidor 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 *6+7+8+9+10 40g Mozzarella *7/40g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Jogurt naturalny (*7) 100ml Połędwica sopocka wieprzowa *6+7+8+9+10 40g Mozzarella *7/40g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Płatki owsiane na mleku 350ml (*7+1), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna, mus owocowy(*1) 450ml Herbata 250ml
II śniadanie	Gruszka 150g	Galaretką z owocami 123g	Galaretką z owocami 123g	Gruszka 150g Pestki dyni (*8) 10g	Serek wiejski (*7) 150g
Obiad	Zupa fasolowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Spaghetti po bolońsku z sosem pomidorowym z mięsem wieprzowo-drobiowym 350g(*1*3*7) Banan 1szt./150g Kompot owocowy 250ml	Zupa wiejska na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Spaghetti po bolońsku z sosem pomidorowym z mięsem wieprzowo-drobiowym 350g(*1*3*7) Banan 1szt./150g Kompot owocowy 250ml	Zupa wiejska na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Spaghetti po bolońsku z sosem pomidorowym z mięsem wieprzowo-drobiowym 350g(*1*3*7) Banan 1szt./150g Kompot owocowy 250ml	Zupa fasolowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Spaghetti po bolońsku z sosem pomidorowym z mięsem wieprzowo-drobiowym z makaronem razowym 350g(*1*3*7) Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 120g Kompot owocowy bez cukru 250ml	Zupa wiejska (*7*9) ziemniaki, mięso wieprzowe , mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot owocowy 250ml
Podwieczerek	Kefir naturalny 200ml *7	Kefir naturalny 200ml *7	Kefir naturalny (*7) 200g	Kefir naturalny (*7) 200g	Mus owocowy 100%/100g
Kolacja	Salatka jarzynowa (*3*9) 100g Połędwica drobiowa (*6+9+10+11) 40g Papryka 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Salatka jarzynowa (*3*9) 100g (bez groszku) Połędwica drobiowa (*6+9+10+11) 40g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Salatka jarzynowa (*3*9) 100g (bez groszku) Połędwica drobiowa (*6+9+10+11) 40g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Salatka jarzynowa (*3*9) 100g Połędwica drobiowa (*6+9+10+11) 40g Papryka 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata bez cukru 250ml	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, serem żółtym, jajkiem,sałatą i ogórkiem (*7*1*6+9+10) 100g Surówka z marchewki z olejem rzepakowym i pestkami słonecznika 100g	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, jajkiem sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Mus owocowy 100g	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, jajkiem sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Mus owocowy 100g	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, serem żółtym, jajkiem, sałatą i ogórkiem (*1*7*6+9+10) 100g Surówka z marchewki z olejem rzepakowym i pestkami słonecznika 100g	
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2502 Białko ogółem [g]: 98,26 Tłuszcz[g]: 87,04 w tym tłuszcze nasycone[g]: 28,03 Węglowodany ogółem[g]: 331,27 w tym cukry[g]: 57,64 Błonnik[g]: 39,72 Sód[g]: 2,39	Wartość energet. [kcal]2458 Białko ogółem [g] 90,23 Tłuszcz[g] 78,12 w tym nasycone [g] 14,234 Węglowodany ogółem [g] 338,08 W tym cukry [g] 49,98 Błonnik[g] 27,24 Sód [g] 2,33	Wartość energet. [kcal]2458 Białko ogółem [g] 90,23 Tłuszcz[g] 78,12 w tym nasycone [g] 14,234 Węglowodany ogółem [g] 338,08 W tym cukry [g] 49,98 Błonnik[g] 27,24 Sód [g] 2,33	Wartość energet. [kcal] 2488 Białko ogółem [g]: 95,34 Tłuszcz[g]:82,59 w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,04 Węglowodany ogółem[g]: 316,67 w tym cukry[g]:37,34 Błonnik[g]:42,78 Sód [g]: 2,36	Wartość energet. [kcal]2101 Białko ogółem [g] 72,12 Tłuszcz[g] 59,98 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 283,12 W tym cukry [g] 33,02 Błonnik[g] 24,11, Sód 3,12g

JADŁOSPIS- SZPITAL – MSWiA Poliklinika

21.03.2026-31.03.2026

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.

Wtorek, 24 marca 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 Ser żółty (*7) 50g Szynka drobiowa(*1+6+9+10)20g Ogórek 50g Rukola 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Kawa Inka na mleku 2% (*7) 250ml Pasta twarogowa z zieleniną (*7)70g Szynka drobiowa(*1+6+9+10)20g Pomidor 50g Rukola 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Kawa Inka na mleku 2% (*7) 250ml Pasta twarogowa z zieleniną (*7)70g Szynka drobiowa(*1+6+9+10)20g Pomidor 50g Rukola 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Kefir (*7) 200ml Pasta twarogowa z zieleniną (*7)70g Szynka drobiowa(*1+6+9+10)20g Ogórek 50g Rukola 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 250ml
II śniadanie	Banan 150g	Banan 150g	Banan 150g	Pomarańcza 150g Orzechy włoskie (*8) 10g	Sok owocowy 300ml
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml Klops drobiowo-wieprzowy pieczony w sosie pieczeniowym (*1*3*9) 100g/50ml Kasza gryczana 200g Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki z olejem rzepakowym 120g Kompot wieloowocowy 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml Klops drobiowo-wieprzowy pieczony w sosie pieczeniowym (*1*3*9) 100g/50ml Kasza jęczmienna *1 200g Cukinia gotowana z masłem *7 120g Kompot wieloowocowy 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml Klops drobiowo-wieprzowy pieczony w sosie pieczeniowym (*1*3*9) 100g/50ml Kasza jęczmienna *1 200g Cukinia gotowana z masłem *7 120g Kompot wieloowocowy 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml Klops drobiowo-wieprzowy pieczony w sosie pieczeniowym (*1*3*9) 100g/50ml Kasza gryczana 200g Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki z olejem rzepakowym 120g Kompot wieloowocowy b/c 250ml	Barszcz czerwony (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml
Podwieczorek	Serek homogenizowany owocowy (*7)150g	Serek homogenizowany owocowy (*7)150g	Serek homogenizowany owocowy (*7)150g	Jogurt naturalny (*7) 100g	Serek homogenizowany owocowy (*7)150g
Kolacja	Risotto z kurczakiem i warzywami (*1*9) 200g Pomidor 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 kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c250ml	Risotto z ryżu brązowego z kurczakiem i warzywami (*1*9) 200g Pomidor 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	Bułka razowa z mix roślinnym, polędwicą sopocką wiep, jajkiem, sałatą i ogórkiem kiszonym (*7*1*6+9+10) 100g Papryka słupki 100g	Bułka pszenna z mix roślinnym, polędwicą sopocką wiep, jajkiem, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Mus owocowy 100%/100g	Bułka pszenna z mix roślinnym, polędwicą sopocką wiep, jajkiem,sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Mus owocowy 100%/100g	Bułka razowa z mix roślinnym, polędwicą sopocką wiep., jajkiem,sałatą i ogórkiem kiszonym(*1*7*6+9+10) 100g Papryka 100g	

WAR	Wartość energet. [kcal] 2455	Wartość energet. [kcal] 2354	Wartość energet. [kcal] 2354	Wartość energet. [kcal] 2399	Wartość energet. [kcal]2036
TOŚ	Białko ogółem [g]: 92,34	Białko ogółem [g]: 90,04	Białko ogółem [g]: 90,04	Białko ogółem [g]: 92,11	Białko ogółem [g] 66,45
CI	Tłuszcz[g]: 84,87	Tłuszcz[g]: 79,12	Tłuszcz[g]: 79,12	Tłuszcz[g]: 74,123	Tłuszcz[g] 55.12
ODZ	w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05	w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56	w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56	w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03	w tym nasycone [g] 19,23
TWC	Węglowodany ogółem[g]: 332,07	Węglowodany ogółem[g]: 335,23	Węglowodany ogółem[g]: 335,23	Węglowodany ogółem[g]: 310,12	Węglowodany ogółem [g] 290.34
ZE	w tym cukry[g]: 50,65	w tym cukry[g]: 50,245	w tym cukry[g]: 50,245	w tym cukry[g]: 41,64	W tym cukry [g] 30,22
	Błonnik[g]: 42,09	Błonnik[g]:30,12	Błonnik[g]:30,12	Błonnik[g]:39,99	Błonnik[g] 22,45
	Sód [g]: 2,59	Sód [g]: 2,54	Sód [g]: 2,54	Sód [g]: 2,53	Sód [g] 2,52

JADŁOSPIS- SZPITAL – MSWiA Poliklinika

21.03.2026-31.03.2026

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.

Środa, 25 marca 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 Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 70g Szynka drobiowa (*9*10+1) 30g Ogórek 50g Kiełki rzodkiewki 5g Herbata b/c 250ml	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1) 350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Pasta jajeczna z koperkiem(*3) 70g Szynka drobiowa (*9*10+1) 30g Pomidor 50g Sałata 1 liść/ 5g Herbata b/c 250ml	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1) 350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Szynka drobiowa (*9*10+1) 30g Pasta z białek jaj z koperkiem (*3) 70g Pomidor 50g Sałata 1 liść/ 5g Herbata b/c 250ml	Mozzarella *7/20g Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 70g Szynka drobiowa (*9*10+1) 30g Ogórek 50g Kiełki rzodkiewki 5g Herbata bez cukru 250ml	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1), banan 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 szpinakowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml Fasolka po bretońsku z duszonym mięsem wieprzowym w pomidorach (*1*9) 150g Ziemniaki 200g Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 120g (*7) Kompot wieloowocowy b/c 250ml	Zupa szpinakowa z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml Pierś z kurczaka gotowana z sosem jarzynowym z włoszczyzny (*1*9) 110g/100ml Ziemniaki 200g Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 120g (*7) Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa szpinakowa z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml Pierś z kurczaka gotowana z sosem jarzynowym z włoszczyzny (*1*9) 110g/100ml Ziemniaki 200g Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 120g (*7) Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml Fasolka po bretońsku z duszonym mięsem wieprzowym w pomidorach (*1*9) 150g Ziemniaki 200g Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 120g (*7) Kompot wieloowocowy b/c 250ml	Zupa szpinakowa (*7*9) ziemniaki, mięso wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot owocowy 250ml
Podwieczorko	Sałatką ze świeżych warzyw z olejem rzepakowym i fetą 120g	Galaretką owocową bez cukru 123g	Galaretką owocową bez cukru 123g	Sałatką ze świeżych warzyw z olejem rzepakowym i fetą 120g	Kefir naturalny (*7) 200ml
Kolacja	Pasta z łososia i twarogu z koperkiem (*4*7) 70g Połędwica sopocka wieprzowa (*6+7+9)20g Papryka 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83% (*7) 20g Herbata b/c 250ml	Pasta z łososia i twarogu z koperkiem (*4*7) 70g Połędwica sopocka wieprzowa (*6+7+9)20g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83% (*7) 20g Herbata b/c 250ml	Pasta z łososia i twarogu z koperkiem (*4*7) 70g Połędwica sopocka wieprzowa (*6+7+9)20g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Pasta z łososia i twarogu z koperkiem (*4*7) 70g Połędwica sopocka wieprzowa (*6+7+9)20g Papryka 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 drobiową, mozzarellą, sałatą, pomidorem i masłem roślinnym (*1*7+6+9+10) 1szt. Ogórek świeży 100g	Kanapka tostowa pszenna z szynką drobiową, mozzarellą, sałatą, pomidorem i masłem roślinnym (*1*7+6+9+10) 1szt. Sok owocowy 300ml	Kanapka tostowa pszenna z szynką drobiową, mozzarellą, sałatą, pomidorem i masłem roślinnym (*1*7+6+9+10) 1szt. Sok owocowy 300ml	Kanapka tostowa razowa z szynką drobiową, mozzarellą, sałatą, pomidorem i masłem roślinnym (*1*7+6+9+10) 1szt. Ogórek świeży 100g	
	Wartość energet. [kcal] 2487 Białko ogółem [g]: 109,76 Tłuszcz[g]: 84,34 w tym tłuszcze nasycone[g]: 30,23 Węglowodany ogółem[g]: 333,56 w tym cukry[g]: 58,23 Błonnik[g]: 36,03 Sód [g]: 2,224	Wartość energet. [kcal] 2356 Białko ogółem [g]: 107,02 Tłuszcz[g]: 71,97 w tym tłuszcze nasycone[g]: 25,11 Węglowodany ogółem[g]: 342,12 w tym cukry[g]: 58,45 Błonnik[g]: 25,03 Sód [g]: 2,34	Wartość energet. [kcal] 2332 Białko ogółem [g]: 100,12 Tłuszcz[g]: 68,11 w tym tłuszcze nasycone[g]: 25,11 Węglowodany ogółem[g]: 344,12 w tym cukry[g]: 58,45 Błonnik[g]: 25,03 Sód[g]: 2,33	Wartość energet. [kcal] 2389 Białko ogółem [g]: 102,23 Tłuszcz[g]: 70,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,03 Węglowodany ogółem[g]: 310,82 w tym cukry[g]:41,23 Błonnik[g]: 36,09 Sód [g]:2,55	Wartość energet. [kcal]1966 Białko ogółem [g] 69,45 Tłuszcz[g] 64,12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 291,34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 2,02

JADŁOSPIS- SZPITAL – MSWiA Poliklinika

21.03.2026-31.03.2026

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.

Czwartek, 26 marca 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 (*7) 250ml Paszтет drobiowy zapiekany (*1+6+9+11) 60g Twaróg plaster (*7) 30g Pomidor 50g Rukola 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Kakao na mleku (*7) 250m Szynka z indyka 75% 50g (*1*6*9) Miód 15g Pomidor 50g Rukola 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Kakao na mleku (*7) 250m Szynka z indyka 75% 50g (*1*6*9) Miód 15g Pomidor 50g Rukola 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Kefir *7/200ml Szynka z indyka 75% 40g (*1*6*9) Twaróg plaster (*7) 30g Pomidor 50g Rukola 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), mus owocowy 450ml Herbata 250ml
II śniadanie	Banan 160g	Banan 160g	Banan 160g	Mandarynka 100g Migdały (*8) 10g	Mus owocowy 100%/100g
Obiad	Zupa ogórkowa wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*9) 400ml Gulasz z szynki duszony w sosie własnym (*1*7*9) 150g Kluski śląskie 160g/8szt Buraczki tarte z olejem rzepakowym 120g Kompot owocowy 250ml	Marchwianka z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml Gulasz z szynki duszony w sosie własnym (*1*7*9) 150g Kluski śląskie 160g/8szt Buraczki tarte z olejem rzepakowym 120g Kompot owocowy 250ml	Marchwianka z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml Gulasz z szynki duszony w sosie własnym (*1*7*9) 150g Kluski śląskie 160g/8szt Buraczki tarte z olejem rzepakowym 120g Kompot owocowy 250ml	Zupa ogórkowa ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml Gulasz z szynki duszony w sosie własnym (*1*7*9) 150g Kasza gryczana 200g Surówka z czerwonej kapusty i marchewki z koperkiem i olejem rzepakowym 100g Kompot owocowy b/c 250ml	Marchwianka (*9), ziemniaki, mięso wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml
Podwie	Jogurt naturalny (*7) 100g	Jogurt owocowy (*7) 100g	Jogurt owocowy (*7) 100g	Jogurt naturalny (*7) 100g	Jogurt owocowy (*7) 150g
Kolacja	Salatka jarzynowa (*7*9) 100g Ser żółty *7/20g Ogórek kiszony 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Salatka jarzynowa (*7*9) 100g Mozzarella (*7) 30g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Salatka jarzynowa bez groszku (*7*9) 100g Mozzarella (*7) 30g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Salatka jarzynowa (*7*9) 100g Ser żółty *7/20g 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 szynką drobiową, twarogiem, sałatą, ogórkiem i masłem roślinnym(*1*7+6+9+10) 1szt. Galaretką z owocami 123g	Kanapka tostowa pszenna z szynką drobiową, twarogiem, sałatą, pomidorem i masłem roślinnym (*1*7+6+9+10) 1szt. Galaretką z owocami 123g	Kanapka tostowa pszenna z szynką drobiową, twarogiem, sałatą, pomidorem i masłem roślinnym (*1*7+6+9+10) 1szt. Galaretką z owocami 123g	Kanapka tostowa razowa z szynką drobiową, twarogiem, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Papryką słupki 100g	
WA RTO ŚCI ODŹ TW CZE	Wartość energet. [kcal] 2450 Białko ogółem [g]: 112,34 Tłuszcz[g]: 85,87 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 335,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 45,09 Sód[g]: 2,52	Wartość energet. [kcal] 2402 Białko ogółem [g]: 100,98 Tłuszcz[g]: 75,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 332,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:32,12 Sód[g]: 2,54	Wartość energet. [kcal] 2402 Białko ogółem [g]: 100,98 Tłuszcz[g]: 75,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 332,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:32,12 Sód[g]: 2,54	Wartość energet. [kcal] 2389 Białko ogółem [g]:109,63 Tłuszcz[g]: 78,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 316,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:40,99 Sód[g]: 2,33	Wartość energet. [kcal]2089 Białko ogółem [g] 77,45 Tłuszcz[g] 65,34 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 302,34 W tym cukry [g] 31,22 Błonnik[g] 24,45 Sód [g] 2,11

JADŁOSPIS- SZPITAL – MSWiA Poliklinika

21.03.2026-31.03.2026

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.

Piątek, 27 marca 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 Jajko w sosie koperkowym (*3*7) 50g/30ml Szynka drobiowa z majerankiem (*6+3) 40g Papryka 50g Rukola 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Jajko w sosie koperkowym (*3*7) 50g/30ml Szynka drobiowa z majerankiem (*6+3) 40g Pomidor 50g Rukola 5g Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Szynka drobiowa z majerankiem (*6+3) 40g Twaróg plaster (*7) 30g Pomidor 50g Rukola 5g Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Jogurt naturalny *7 100ml Jajko w sosie koperkowym (*3*7) 50g/30ml Szynka drobiowa z majerankiem (*6+3) 40g Papryka 50g Rukola 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 śniadanie	Gruszka 160g	Mus owocowy 100%/100g	Mus owocowy 100%/100g	Gruszka 160g Migdały (*8) 10g	Mus owocowy 100g
Obiad	Zupa kalafiorowa z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*1*3*7*9) 400ml Filet z morskczuka panierowany i smażony (*1*3*4) 100g Ziemniaki 200g Surówka z kiszonej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 120g Kompot owocowy 250ml	Zupa kalafiorowa z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*1*3*7*9) 400ml Filet z morskczuka parowany z masłem i koperkiem (*4*7) 100g Ziemniaki 200g Bukiet warzyw z masłem (*7) 120g Kompot owocowy 250ml	Zupa kalafiorowa z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*1*3*7*9) 400ml Filet z morskczuka parowany z masłem i koperkiem (*4*7) 100g/ Ziemniaki 200g Bukiet warzyw z masłem (*7) 120g Kompot owocowy 250ml	Zupa kalafiorowa z makaronem razowym na wywarze mięsno-warzywnym (*1*3*7*9) 400ml Filet z morskczuka parowany z masłem i koperkiem (*4*7) 100g Ziemniaki 200g Surówka z kiszonej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 120g Kompot owocowy b/c 250ml	Zupa kalafiorowa (*1*7,*9), ziemniaki, ryba na parze, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml
Podwiecz	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	Serek wiejski (*7) 150g	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g
Kolacja	Kasza kuskus z warzywami i piersią z kurczaka (*1*9) 200g Pomidor 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Kasza kuskus z warzywami i piersią z kurczaka (*1*9) 200g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Kasza kuskus z warzywami i piersią z kurczaka (*1*9) 200g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c250ml	Kasza gryczana z warzywami i piersią kurczaka (*9) 200g Pomidor 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, szynką wieprzową, sałatą i papryką (*7*1*6+9+10) 100g Sok owocowy 300ml	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, szynką wieprzową,salałą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Sok owocowy 300ml	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, szynką wieprzową ,salałą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Sok owocowy 300ml	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, mozzarellą, szynką wieprzową, sałatą i papryką (*1*7*6+9+10) 100g Surówka z marchewki z jabłkiem z olejem rzepakowym 100g	
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2539 Białko ogółem [g]: 123,04 Tłuszcz[g]: 76,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 324,23 w tym cukry[g]: 46,245 Błonnik[g]:39,12 Sód[g]: 2,61	Wartość energet. [kcal] 2437 Białko ogółem [g]: 112,34 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]: 2,54	Wartość energet. [kcal]2417 Białko ogółem [g]: 111,22 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]: 2,53	Wartość energet. [kcal] 2367 Białko ogółem [g]:113,99 Tłuszcz[g]: 60,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 312,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:40,11 Sód [g]: 2,64	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

21.03.2026-31.03.2026

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.

Sobota, 28 marca 2026					
	Dieta podstawowa(D01)	Dieta łatwostrawna (D02)	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(D05)	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(D03)	Dieta pakowata(D11)
Śniadanie	Ryż na mleku (*7) 350ml Szynka delikatesowa drobiowa (+1+9+10+11) 50g Mozzarella *7/30g Ogórek kiszony 50g Roszponka 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Ryż na mleku (*7) 350ml Szynka delikatesowa drobiowa (+1+9+10+11) 50g Mozzarella *7/30g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Ryż na mleku (*7) 350ml Szynka delikatesowa drobiowa (+1+9+10+11) 50g Mozzarella *7/30g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Serek wiejski 150g *7 Szynka delikatesowa drobiowa (+1+9+10+11) 50g Mozzarella *7/30g Ogórek kiszony 50g Roszponka 5g Chleb razowy (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Ryż na mleku (*7*1), masło (*7), miód, suchary (*1) mus owocowy 450ml Herbata 250ml
II śniadanie	Banan 120g	Banan 120g	Banan 120g	Pomarańcza 150g Pestki dyni (+8)10g	Mus owocowy 100%/100g
Obiad	Zupa jarzynowa ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml Pierogi gotowane z mięsem mieszanym okraszone cebulką (*1*3*7) 6szt./250g Surówka z marchwi i jabłka z olejem rzepakowym 120g Kompot owocowy 250ml	Zupa jarzynowa ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml Pierogi gotowane z mięsem mieszanym okraszone cebulką (*1*3*7) 6szt./250g Marchewka gotowana z masłem (*7) 120g Kompot owocowy 250ml	Zupa jarzynowa ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml Pierogi gotowane z mięsem mieszanym okraszone cebulką (*1*3*7) 6szt./250g Marchewka gotowana z masłem (*7) 120g Kompot owocowy 250ml	Zupa jarzynowa ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml Potrawka z kurczaka i natką 150g (*7*9) Ryż gotowany brązowy 200g Surówka z marchwi i jabłka z olejem rzepakowym 120g Kompot owocowy b/c 250ml	Zupa jarzynowa (*7,*9), ziemniaki, mięso wieprzowe, warzywa gotowane, śmietanka (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml
Podw	Kefir naturalny 200ml (*7)	Kefir naturalny 200ml (*7)	Kefir naturalny 200ml (*7)	Kefir naturalny 200ml (*7)	Kefir naturalny 200ml (*7)
Kolacja	Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 40g Twaróg plastry półtłusty 40g *7 Pomidor 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 40g Pasta z pieczonych warzyw (*9) 50g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 40g Pasta z pieczonych warzyw (*9) 50g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 40g Twaróg plastry półtłusty 40g *7 Pomidor 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, mozzarella , szynka drobiową, sałatą i ogórkiem (*7*1*6+9+10) 100g Papryka słupki 100g	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarella, szynką drobiową,sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Mus owocowy 100%/100g	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarella, szynką drobiową ,sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Mus owocowy 100%/100g	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, mozzarella, szynką drobiową, sałatą i ogórkiem (*1*7*6+9+10) 100g Papryka słupki 100g	
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2502 Białko ogółem [g]: 115,66 Tłuszcz[g]: 94,54 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 335,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 42,09 Sód [g]: 2,42	Wartość energet. [kcal] 2419 Białko ogółem [g]: 101,98 Tłuszcz[g]: 73,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 352,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:33,12 Sód [g]: 2,64	Wartość energet. [kcal] 2419 Białko ogółem [g]: 101,98 Tłuszcz[g]: 73,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 352,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:33,12 Sód [g]: 2,64	Wartość energet. [kcal] 2333 Białko ogółem [g]:102,98 Tłuszcz[g]: 92,65 w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,03 Węglowodany ogółem[g]: 291,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:45,99 Sód[g]: 2,55	Wartość energet. [kcal]2001 Białko ogółem [g] 72,45 Tłuszcz[g] 56,12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 304,11 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 2,43

JADŁOSPIS- SZPITAL – MSWiA Poliklinika

21.03.2026-31.03.2026

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.

Niedziela, 29 marca 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% (*7) 250ml Jajecznica na parze (*3) 100g Połudwica sopocka (*6+9+10) 30g 30g Papryka 50g Rukola 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Kakao na mleku 2% (*7) 250ml Jajecznica na parze (*3) 100g Połudwica sopocka (*6+9+10) 30g Pomidor 50g Rukola 5g Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Kakao na mleku 2% (*7) 250ml Jajecznica z białek jaj na parze (*3) 100g Połudwica sopocka (*6+9+10) 30g Pomidor 50g Rukola 5g Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Jogurt naturalny *7/100ml Jajecznica na parze (*3) 100g Połudwica sopocka (*6+9+10) 30g Papryka 50g Rukola 5g Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Płatki owsiane na mleku 350ml (*7+1), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1), banan 450ml Herbata 250ml
II śniadanie	Drożdżówka (*1*3*7+6) 50g	Drożdżówka (*1*3*7+6) 50g	Drożdżówka (*1*3*7+6) 50g 50g	Gruszka 150g Pestki słonecznika (*8) 10g	Jogurt owocowy *7/100g
Obiad	Rosół na wywarze mięsno-warzywnym z ryżem (*9) 400ml Udko drobiowe pieczone 150g Ziemniaki 200g Surówka z białej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 120g Kompot owocowy 250ml	Rosół na wywarze mięsno-warzywnym z ryżem (*9) 400ml Udko drobiowe w sosie koperkowym (*1*3) 150g Ziemniaki 200g Cukinia gotowana z masłem i koperkiem (*7) 120g Kompot owocowy 250ml	Rosół na wywarze mięsno-warzywnym z ryżem (*9) 400ml Udko drobiowe w sosie koperkowym (*1*3) 150g Ziemniaki 200g Cukinia gotowana z masłem i koperkiem (*7) 120g Kompot owocowy 250ml	Rosół na wywarze mięsno-warzywnym z ryżem brązowym (*9) 400ml Udko drobiowe pieczone 150g Ziemniaki 200g Surówka z białej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 120g Kompot owocowy b/c 250ml	Rosół (*9) ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot owocowy 250ml
Podwie	Salatka ze świeżych warzyw z ciecierzycą i olejem rzepakowym 120g	Mus owocowy 100%/100g	Mus owocowy 100%/100g	Salatka ze świeżych warzyw z ciecierzycą i olejem rzepakowym 120g	Mus owocowy 100%/100g
Kolacja	Twarożek z koperkiem (*7) 80g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Twarożek z koperkiem (*7) 80g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Twarożek z koperkiem (*7) 80g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Twarożek z koperkiem (*7) 60g Szynka drobiowa (*6+7+9) 20g Pomidor 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, połędwicą sopocką, jajkiem, sałatą i pomidorem (*7*1*6+9+10) 100g Ogórek słupki 100g	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, połędwicą sopocką, jajkiem, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Galaretkę owocową z owocami bez cukru 123g	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, połędwicą sopocką jajkiem, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Galaretkę owocową z owocami bez cukru 123g	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, połędwicą sopocką, jajkiem, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Ogórek słupki 100g	
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2519 Białko ogółem [g]: 112,26 Tłuszcz[g]: 81,04 w tym tłuszcze nasycone[g]: 30,03 Węglowodany ogółem[g]: 331,27 w tym cukry[g]: 57,64 Błonnik[g]: 34,72 Sód[g]: 2,64	Wartość energet. [kcal] 2437 Białko ogółem [g]: 102,66 Tłuszcz[g]: 78,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 332,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 30,12 Sód [g]: 2,76	Wartość energet. [kcal] 2296 Białko ogółem [g]: 95,32 Tłuszcz[g]: 71,45 w tym tłuszcze nasycone[g]: 16,05 Węglowodany ogółem[g]: 323,054 w tym cukry[g]: 50,54 Błonnik[g]: 20,02 Sód [g]: 2,76	Wartość energet. [kcal] 2434 Białko ogółem [g]: 101,89 Tłuszcz[g]: 85,43 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 311,82 w tym cukry[g]:47,23 Błonnik[g]: 46,09 Sód [g]:2,66	Wartość energet. [kcal]2037 Białko ogółem [g] 72,12 Tłuszcz[g]61.45 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 299.34 W tym cukry [g] 33,11 Błonnik[g] 22,45 Sód[g] 2,3

JADŁOSPIS- SZPITAL – MSWiA Poliklinika

21.03.2026-31.03.2026

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.

Poniedziałek, 30 marca 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 Kiełbasa chuda wieprzowa (+1+9+10) 50g Mozzarella plaster (*7) 20g Ogórek kiszony 50g Kiełki rzodkiewki 5g Herbata b/c 250ml	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Kiełbasa chuda wieprzowa (+1+9+10) 50g Mozzarella plaster (*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 Kiełbasa chuda wieprzowa (+1+9+10) 50g Mozzarella plaster (*7) 20g Pomidor 50g Sałata 1 liść /5g Herbata b/c 250ml	Kefir *7/.200ml Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Kiełbasa chuda wieprzowa (+1+9+10) 50g Mozzarella plaster(*7) 20g 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	Mandarynka 100g	Sok owocowy 300ml	Sok owocowy 300ml	Mandarynka 100g Pestki dyni (*8) 120g	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g
Obiad	Zupa brokułowa na wywarze mięsno -warzywnym z makaronem (*1*7*9) 400ml Pulpet drobiowo-wieprzowy w sosie koperkowym (*1*7*9) 100g/50ml Ziemniaki 220g Surówka z kiszonej kapusty z olejem rzepakowym 120g Kompot wieloowocowy 200ml	Zupa brokułowa na wywarze mięsno -warzywnym z makaronem (*1*7*9) 400ml Pulpet drobiowo-wieprzowy w sosie koperkowym (*1*7*9) 100g/50ml Ziemniaki 200g Marchew na ciepło 120g Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa brokułowa na wywarze mięsno -warzywnym z makaronem (*1*7*9) 400ml Pulpet drobiowo-wieprzowy w sosie koperkowym (*1*7*9) 100g/50ml Ziemniaki 200g Marchew na ciepło 120g Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa brokułowa na wywarze mięsno -warzywnym z makaronem brązowym (*1*7*9) 400ml Pulpet drobiowo-wieprzowy w sosie koperkowym (*1*7*9) 100g/50ml Ziemniaki 200g Surówka z kiszonej kapusty z olejem rzepakowym 120g Kompot b/c 250ml	Zupa brokułowa (*7,*9), ziemniaki, mięso wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml
Podwie	Jogurt owocowy (*7) 100g	Jogurt owocowy (*7) 100g	Jogurt owocowy (*7) 100g	Jogurt naturalny (*7) 100g	Jogurt owocowy (*7) 100g
Kolacja	Salatka śledziowa z cebulą i ogórkiem kiszonym (*4*9) 150g Pomidor 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Pasta rybna z morskczukiem i twarogiem z koperkiem (*4*7) 70g Miód 15g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Pasta rybna z morskczukiem i twarogiem z koperkiem (*4*7) 70g Miód 15g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Pasta rybna z morskczukiem i twarogiem z koperkiem (*4*7) 70g Szynka z indyka 75%(*1+6+9) 20g Pomidor 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe 82%(*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 drobiową, mozzarellą sałata i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g Papryka słupki 100g	Bułka pszenna z mix roślinnym, polędwicą drobiową, mozzarellą sałata i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Mus owocowy 100%/100g	Bułka pszenna z mix roślinnym, polędwicą drobiową, mozzarellą sałata i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Mus owocowy 100%/100g	Bułka razowa z mix roślinnym, polędwicą drobiową, mozzarellą sałata i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g Papryka słupki 100g	
WARTOŚCI ODŻWICZE	Wartość energet. [kcal] 2456 Białko ogółem [g]: 110,26 Tłuszcz[g]: 92,04 w tym tłuszcze nasycone[g]: 28,03 Węglowodany ogółem[g]: 321,27 w tym cukry[g]: 28,64 Błonnik[g]: 39,72 Sód[g]: 2,52	Wartość energet. [kcal] 2389 Białko ogółem [g]: 98,54 Tłuszcz[g]: 76,02 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 339,054 w tym cukry[g]: 33,19 Błonnik[g]: 28,12 Sód [g]: 2,42	Wartość energet. [kcal]2369 Białko ogółem [g] 98,23 Tłuszcz[g] 73,12 w tym nasycone [g] 14,234 Węglowodany ogółem [g] 338,08 W tym cukry [g] 33,19 Błonnik[g] 27,24 Sód [g] 2,42	Wartość energet. [kcal] 2402 Białko ogółem [g]: 107,34 Tłuszcz[g]:82,59 w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,04 Węglowodany ogółem[g]: 316,67 w tym cukry[g]:22,34 Błonnik[g]:42,78 Sód [g]: 2,31	Wartość energet. [kcal]2101 Białko ogółem [g] 72,12 Tłuszcz[g] 59,98 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 283.12 W tym cukry [g] 33,02 Błonnik[g] 24,11 Sód [g] 2,12

JADŁOSPIS- SZPITAL – MSWiA Poliklinika

21.03.2026-31.03.2026

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.

Wtorek, 31 marca 2026					
	Dieta podstawowa(D01)	Dieta łatwostrawna (D02)	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(D05)	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(D03)	Dieta pakowata(D11)
Śniadanie	Ryż na mleku (*7)350ml Jajko w sosie jogurtowo-koperkowym (*7*3) 50g/20ml Szynka drobiowa z majerankiem (*1+6+9+10)40g Papryka 50g Roszponka 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Ryż na mleku (*7)350ml Jajko w sosie jogurtowo-koperkowym (*7*3) 50g/20ml Szynka drobiowa z majerankiem (*1+6+9+10)40g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Ryż na mleku (*7)350ml Szynka drobiowa z majerankiem (1+6+9+10)50g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Twaróg plaster (*7) 30g Jajko w sosie jogurtowo-koperkowym (*7*3) 50g/20ml Szynka drobiowa z majerankiem (*1+6+9+10)40g Papryka 50g Roszponka 5g Chleb razowy (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Ryż biały na mleku (*7) mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) banan 450ml Herbata 250ml
II śniadanie	Gruszka 150g	Banan 120g	Banan 120g	Gruszka 1szt./160g Migdały (*8) 10g	Mus owocowy 100%/100g
Obiad	Zupa grochowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Sos drobiowo- szpinakowy z pierśią z kurczaka (*1*7*9) 150g Kasza gryczana 200g Buraczki z olejem rzepakowym 120g Kompot owocowy 250ml	Zupa marchwianka na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Sos drobiowo- szpinakowy z pierśią z kurczaka (*1*7*9) 150g Kasza jęczmienna (*1) 200g Buraczki z olejem rzepakowym 120g Kompot owocowy 250ml	Zupa marchwianka na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Sos drobiowo- szpinakowy z pierśią z kurczaka (*1*7*9) 150g Kasza jęczmienna (*1) 200g Buraczki z olejem rzepakowym 120g Kompot owocowy 250ml	Zupa grochowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Sos drobiowo- szpinakowy z pierśią z kurczaka (*1*7*9) 150g Kasza gryczana 200g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 120g Kompot owocowy b/c 250ml	Zupa marchwianka (*7,*9), ziemniaki, mięso wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml
Poodwiecz	Serek wiejski (*7) 150g	Serek wiejski (*7) 150g	Serek wiejski (*7) 150g	Serek wiejski (*7) 150g	Serek wiejski(*7) 150g
Kolacja	Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym z szynką wieprzową(*9) 200g Pomidor 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym z szynką wieprzową(*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 szynką wieprzową(*9) 200g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c250ml	Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym z szynką wieprzową(*9) 200g Pomidor 50g Chleb razowy (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, , kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, mozzarellą ,połędwica wieprzowa sałatą i papryką (*7*1*6+9+10) 100g Jabłko 150g	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą połędwica wieprzowa,salaatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Sok owocowy 100%/200ml	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą połędwica wieprzową,salaatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Sok owocowy 100%/200ml	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, mozzarellą, połędwica wieprzową sałatą i papryką (*1*7*6+9+10) 100g Ogórek słupki 100g	
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2471 Białko ogółem [g]: 99,34 Tłuszcz[g]: 84,87 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 332,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 42,09 Sód [g]: 2,33	Wartość energet. [kcal] 2345 Białko ogółem [g]: 92,04 Tłuszcz[g]: 82,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 335,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:30,12 Sód [g]: 2,12	Wartość energet. [kcal] 2345 Białko ogółem [g]: 92,12 Tłuszcz[g]: 79,55 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 335,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:30,12 Sód [g]: 2,12	Wartość energet. [kcal] 2289 Białko ogółem [g]: 110,11 Tłuszcz[g]: 74,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 310,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:45,99 Sód [g]: 2,31	Wartość energet. [kcal]2036 Białko ogółem [g] 66,45 Tłuszcz[g] 55.12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 290.34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 2,52

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