

JADŁOSPIS- SZPITAL – MSWiA Poliklinika

22.06.2026-1.07.2026

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, 22 czerwca 2026				
	Dieta podstawowa(D01)	Dieta łatwostrawna (D02)	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(D05)	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(D03)	Dieta papkowata(D11)
Sniadanie	Kakao na mleku (*) 250ml Chleb mieszany ziarnisty (*) 100g Masło extra 83 % (*) 10g Połudwica rubinowa wieprzowa (+1+6+7+9+10) 50g Mozzarella plaster (*) 20g Pomidor 50g Sałata 1 liść/5g Herbata b/c 250ml	Kakao na mleku (*) 250ml Chleb pszenny (*) 100g Masło extra 83 % (*) 10g Połudwica rubinowa wieprzowa (+1+6+7+9+10) 50g Mozzarella plaster (*) 20g Pomidor 50g Sałata 1 liść/5g Herbata b/c 250ml	Kakao na mleku (*) 250ml Chleb pszenny (*) 100g Masło extra 83 % (*) 10g Połudwica rubinowa wieprzowa (+1+6+7+9+10) 50g Mozzarella plaster (*) 20g Pomidor 50g Sałata 1 liść /5g Herbata b/c 250ml	Kefir naturalny*/7/ 200ml Chleb razowy (*) 100g Masło extra 83 % (*) 10g Połudwica rubinowa wieprzowa (+1+6+7+9+10) 50g Mozzarella plaster(*) 20g Ogórek 50g Kiełki rzodkiewki 5g Herbata bez cukru 250ml	Płatki owsiane na mleku (*7+1) 300ml , mleko w proszku (*) 25g, miód 20g, bułka pszenna (*) 50g,banan 100g Herbata 250ml
Obiad	Zupa pomidorowa na wywarze mięsno -warzywnym z makaronem (*1*7*9) 400ml Kotlet mielony wieprzowo-drobiowy panierowany i pieczony (*1*3) 100g Ziemniaki 200g Mizeria z ogórków z jogurtem naturalnym */7/ 150g Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa pomidorowa na wywarze mięsno -warzywnym z makaronem (*1*7*9) 400ml Pulpet drobiowo -wieprzowy w sosie warzywno- koperkowym (*9) 100g/50ml Ziemniaki 200g Sałata z jogurtem naturalnym */7/ 150g Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa pomidorowa na wywarze mięsno -warzywnym z makaronem (*1*7*9) 400ml Pulpet drobiowo- wieprzowy w sosie warzywno-koperkowym (*9) 100g/50ml Ziemniaki 200g Sałata z jogurtem naturalnym */7/ 150g Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa pomidorowa na wywarze mięsno -warzywnym z makaronem brązowym (*1*7*9) 400ml Pulpet drobiowo- wieprzowy w sosie warzywno- koperkowym (*9) 100g/50ml Ziemniaki 200g Mizeria z ogórków z jogurtem naturalnym */7/ 150g Woda 500ml	Zupa pomidorowa (*7,*9) 300ml, ziemniaki 200g, mięso wieprzowe 100g, mleko w proszku (*)25g, jogurt (*)50g cukinia gotowana 100g Kompot wieloowocowy 250ml
Podwie	Jogurt naturalny (*) 100g Morela 100g	Jogurt owocowy (*) 100g	Jogurt owocowy (*) 100g	Jogurt naturalny (*) 100g Morela 100g	Jogurt owocowy (*) 100g
Kolacja	Pasta rybna z morszczukiem i twarogiem półtłustym z koperkiem (*4*7) 70g Miód 15g Pomidor 50g Chleb mieszany ziarnisty (*) 100g Masło extra 83 % (*) 10g Herbata b/c 250ml	Pasta rybna z pieczonym morszczukiem i twarogiem półtłustym z koperkiem (*4*7) 70g Miód 15g Pomidor 50g Chleb pszenny (*) 100g Masło extra 83 % (*) 10g Herbata b/c 250ml	Pasta rybna z pieczonym morszczukiem i twarogiem półtłustym z koperkiem (*4*7) 70g Miód 15g Pomidor 50g Chleb pszenny (*) 100g Masło extra 83 % (*) 10g Herbata b/c 250ml	Pasta rybna z pieczonym morszczukiem i twarogiem półtłustym z koperkiem (*4*7) 70g Szynka z indyka 75%(*1+6+9) 20g Pomidor 50g Chleb razowy (*) 100g Masło extra 83 % (*) 10g Herbata b/c 250ml	Mięso drobiowe 100g. jajko(*)3) 50g, seler(*9), marchew, pietruszka, 150g oliwa 10g, kasza manna (*) 1) 50g, woda 100ml Herbata 250ml
Noctny	Bułka razowa 60g, z mix roślinnym 5g, poledwica drobiowa 15g, mozzarella 15g sałata 2g i ogórkiem 20g(*1*6+9+10) Mus owocowy 100%/100g	Bułka pszenna 60g z mix roślinnym 5g, poledwica drobiowa 15g, mozzarella 15g sałata 2g i pomidorem 20g (*1*6+9+10) Mus owocowy 100%/100g	Bułka pszenna 60g z mix roślinnym 5g, poledwica drobiowa 15g, mozzarella 15g sałata 2g i pomidorem 20g (*1*6+9+10) Mus owocowy 100%/100g	Bułka razowa 60g, z mix roślinnym 5g, poledwica drobiowa 15g, mozzarella 15g sałata 2g i ogórkiem 20g(*1*6+9+10) Papryka słupki 100g	Bułka pszenna 60g z mix roślinnym 5g, poledwica drobiowa 15g, mozzarella 15g sałata 2g i pomidorem 20g (*1*6+9+10) Mus owocowy 100%/100g
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2278 Białko ogółem [g]: 120,99 Tłuszcz[g]: 62,80 w tym tłuszcze nasycone[g]: 38,03 Węglowodany ogółem[g]: 321,27 w tym cukry[g]: 21,14 Błonnik[g]: 31,55 Sód[g]: 2,1	Wartość energet. [kcal] 2236 Białko ogółem [g]: 118,9 Tłuszcz[g]: 55,2 w tym tłuszcze nasycone[g]: 32,05 Węglowodany ogółem[g]: 322 w tym cukry[g]: 26,2 Błonnik[g]: 28,12 Sód [g]: 1,9	Wartość energet. [kcal] 2236 Białko ogółem [g]: 118,9 Tłuszcz[g]: 55,2 w tym tłuszcze nasycone[g]: 32,05 Węglowodany ogółem[g]: 322 w tym cukry[g]: 26,2 Błonnik[g]: 28,12 Sód [g]: 1,9	Wartość energet. [kcal] 2187 Białko ogółem [g]: 117,34 Tłuszcz[g]:60,59 w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,04 Węglowodany ogółem[g]: 316,67 w tym cukry[g]:22,34 Błonnik[g]:42,78 Sód [g]: 1,95	Wartość energet. [kcal]2276 Białko ogółem [g] 99,12 Tłuszcz[g] 75,98 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 231.12 W tym cukry [g] 33,02 Błonnik[g] 24,11 Sód [g] 1,54

JADŁOSPIS- SZPITAL – MSWiA Poliklinika

22.06.2026-1.07.2026

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

	Wtorek, 23 czerwca 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 biały na mleku (*)7) 350ml Jajko w sosie jogurtowo-koperkowym (*7*3) 50g/20ml Szynka drobiowa z kurczakiem (+6+7+10)40g Papryka 50g Roszponka 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Masło extra 83 % (*7) 10g Herbata b/c 250ml	Ryż biały na mleku (*)7) 350ml Jajko w sosie jogurtowo-koperkowym (*7*3) 50g/20ml Szynka drobiowa z kurczakiem (+6+7+10)40g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*1)100g Masło extra 83 % (*7) 10g Herbata b/c 250ml	Ryż biały na mleku (*)7) 350ml Szynka drobiowa z kurczakiem (+6+7+10) 50g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*1)100g Masło extra 83 % (*7) 10g Herbata b/c 250ml	Pomarańcza 120g Jajko w sosie jogurtowo-koperkowym (*7*3) 50g/20ml Szynka drobiowa z kurczakiem (+6+7+10)40g Papryka 50g Roszponka 5g Chleb razowy (*1)100g Masło extra 83 % (*7) 10g Herbata b/c 250ml	Ryż biały na mleku (*)7) 300ml, mleko w proszku (*7) 25g, miód 20g, bułka pszenna (*1)50g banan 100g Herbata 250ml
Obiad	Zupa grochowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Sos drobiowo- szpinakowy z piersią z kurczaka (*7*9) 150g (100g mięsa) Kasza gryczana 200g Buraczki tarte z olejem rzepakowym 150g Kompot owocowy 250ml	Zupa marchwianka na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Sos drobiowo- szpinakowy z piersią z kurczaka (*7*9) 150g (100g mięsa) Kasza jęczmienna (*1) 200g Buraczki tarte z olejem rzepakowym 150g Kompot owocowy 250ml	Zupa marchwianka na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Sos drobiowo- szpinakowy z piersią z kurczaka (*7*9) 150g (100g mięsa) Kasza jęczmienna (*1) 200g Buraczki tarte z olejem rzepakowym 150g Kompot owocowy 250ml	Zupa grochowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Sos drobiowo- szpinakowy z piersią z kurczaka (*7*9) 150g (100g mięsa) Kasza gryczana 200g Surówka z czerwonej kapusty z olejem rzepakowym 150g Woda 500ml	Zupa marchwianka (*7,*9) 300ml, ziemniaki 200g, mięso drobiowe 100g, mleko w proszku (*7) 25g, jogurt naturalny (*7) 50g, buraczki tarte 100g 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 extra 83 % (*7) 10g Herbata b/c 250ml	Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym z szynką wieprzową(*9) 200g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło extra 83 % (*7) 10g Herbata b/c 250ml	Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym z szynką wieprzową(*9) 200g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło extra 83 % (*7) 10g Herbata b/c250ml	Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym z szynką wieprzową(*9) 200g Pomidor 50g Chleb razowy (*1)100g Masło extra 83 % (*7) 10g Herbata b/c 250ml	Mięso wieprzowe 100g, jajko(*3) 50g, seler(*9), marchew, pietruszka,150g oliwa 20g, , kasza manna (*1) 50g, woda 100ml Herbata 250ml
Nocny	Kanapka tostowa razowa 60g, z mix roślinnym 5g, twarogiem 15g, polędwica wieprzowa 15, sałatą 2g i papryką 20g(*7*1*6+9+10) Arbuz 150g	Kanapka tostowa pszenna 60g, z mix roślinnym 5g, twarogiem 15g, polędwica wieprzową 15g,salaatą 2g i pomidorem 20g(*1*7*6+9+10) Arbuz 150g	Kanapka tostowa pszenna 60g, z mix roślinnym 5g, twarogiem 15g, polędwica wieprzową 15g,salaatą 2g i pomidorem 20g(*1*7*6+9+10) Arbuz 150g	Kanapka tostowa razowa 60g, z mix roślinnym 5g, twarogiem 15g, polędwica wieprzowa 15, sałatą 2g i papryką 20g(*7*1*6+9+10) Ogórek słupki 100g	Kanapka tostowa pszenna 60g, z mix roślinnym 5g, twarogiem 15g, polędwica wieprzową 15g,salaatą 2g i pomidorem 20g(*1*7*6+9+10) Mus owocowy 100g
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2351 Białko ogółem [g]: 141,4 Tłuszcz[g]: 69,09 w tym tłuszcze nasycone[g]: 25,74 Węglowodany ogółem[g]: 305,4 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 40,17 Sód [g]: 2,3	Wartość energet. [kcal] 2302 Białko ogółem [g]: 126,04 Tłuszcz[g]: 61,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 311,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:30,12 Sód [g]: 2,12	Wartość energet. [kcal] 2302 Białko ogółem [g]: 126,04 Tłuszcz[g]: 61,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 311,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:30,12 Sód [g]: 2,12	Wartość energet. [kcal] 2289 Białko ogółem [g]: 132,11 Tłuszcz[g]: 67,1 w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,2 Węglowodany ogółem[g]: 292,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:42,2 Sód [g]: 2,31	Wartość energet. [kcal]2280 Białko ogółem [g] 94,45 Tłuszcz[g] 76.12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 238.34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 1,34

JADŁOSPIS- SZPITAL – MSWiA Poliklinika

22.06.2026-1.07.2026

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

	Środa, 24 czerwca 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 (*) 250ml Chleb mieszany, ziarnisty (*)1 100g Masło extra 83 % (*)7) 10g Twarożek chudy plastry (*)7) 50g Polędwica sopocka wieprzowa (+6+7+9+10) 30g Pomidor 50g Sałata 1 liść/ 5g Herbaty b/c 250ml	Kawa Inka na mleku (*)7) 250m Chleb pszenny (*)1) 100g Masło extra 83 % (*)7) 10g Twarożek chudy plastry (*)7) 50g Polędwica sopocka wieprzowa (+6+7+9+10) 30g Pomidor 50g Sałata 1 liść/ 5g Herbaty b/c 250ml	Kawa Inka na mleku (*)7) 250m Chleb pszenny (*)1) 100g Masło extra 83 % (*)7) 10g Twarożek chudy plastry (*)7) 50g Polędwica sopocka wieprzowa (+6+7+9+10) 30g Pomidor 50g Sałata 1 liść/ 5g Herbaty b/c 250ml	Brzoskwinia 100g Chleb razowy (*)1) 100g Masło extra 83 % (*)7) 10g Twarożek chudy plastry (*)7) 50g Polędwica sopocka wieprzowa (+6+7+9+10) 30g Ogórek kiszony 50g Kiełki rzodkiewki 5g Herbaty bez cukru 250ml	Płatki jęczmienne na mleku (*)7*1) 300ml, mleko w proszku (*)7) 25g, miód 20g, bułka pszenna (*)1) 50g banan 100g Herbaty 250ml
Obiad	Zupa szpinakowa z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*)1*7*9) 400ml Udko z kurczaka pieczone 150g Ziemniaki 200g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 150g Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa szpinakowa z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*)1*7*9) 400ml Udko z kurczaka gotowane 150g Ziemniaki 200g Marchewka gotowana 150g Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa szpinakowa z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*)1*7*9) 400ml Udko z kurczaka gotowane 150g Ziemniaki 200g Marchewka gotowana 150g Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa szpinakowa z makaronem pełnoziarnistym na wywarze mięsno-warzywnym (*)7*9) 400ml Udko drobiowe pieczone 150g Ziemniaki 200g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 150g Woda 500ml	Rosół (*)7*9) 300ml ziemniaki 200g, mięso drobiowe 100g , mleko w proszku (*)7)25g, jogurt (*)7) 50g, marchewka gotowana 100g Kompot owocowy 250ml
Podwie	Kefir naturalny (*)7) 200g	Kefir naturalny (*)7) 200g	Kefir naturalny (*)7) 200g	Kefir naturalny(*)7) 200g	Kefir naturalny (*)7) 200g
Kolacja	Mozzarella (*)7) 50g Szynka drobiowa z kurczakiem (+6+7+10) 30g Papryka 50g Chleb mieszany ziarnisty (*)1)100g Masło extra 83 % (*)7) 10g Herbaty b/c 250ml	Mozzarella (*)7) 50g Szynka drobiowa z kurczakiem (+6+7+10) 30g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*)1)100g Masło extra 83 % (*)7) 10g Herbaty b/c 250ml	Mozzarella (*)7) 50g Szynka drobiowa z kurczakiem (+6+7+10) 30g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*)1)100g Masło extra 83 % (*)7) 10g Herbaty b/c 250ml	Mozzarella (*)7) 50g Szynka drobiowa z kurczakiem (+6+7+10) 30g Papryka 50g Chleb razowy (*)1)100g Masło extra 83 % (*)7) 10g Herbaty b/c 250ml	Mięso wieprzowe 100g, jajko(*)3) 50g, seler(*)9), marchew, pietruszka 150g, oliwa 20g , kasza manna (*)1) 50g, woda 100ml Herbaty 250ml
Nocey	Kanapka tostowa razowa 60g, z mix roślinnym 5g, polędwicą wieprzową 15g, jajkiem 15g, sałatą 2g i ogórkiem 20g(*)1*6+9+10) Brzoskwinia 100g	Kanapka tostowa pszenna 60g, z mix roślinnym 5g, polędwicą wieprzową, 15g, jajkiem 15g, sałatą 2g i pomidorem 20g (*)1*6+9+10) Brzoskwinia 100g	Kanapka tostowa pszenna 60g, z mix roślinnym 5g, polędwicą wieprzową, 15g, jajkiem 15g, sałatą 2g i pomidorem 20g (*)1*6+9+10) Brzoskwinia 100g	Kanapka tostowa razowa 60g, z mix roślinnym 5g, polędwicą wieprzową 15g, jajkiem 15g, sałatą 2g i ogórkiem 20g(*)1*6+9+10) Pomidor 100g	Kanapka tostowa pszenna 60g, z mix roślinnym 5g, polędwicą wieprzową, 15g, jajkiem 15g, sałatą 2g i pomidorem 20g (*)1*6+9+10) Jogurt naturalny 100g *7
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2221 Białko ogółem [g]: 128,71 Tłuszcz[g]: 68,46 w tym tłuszcze nasycone[g]: 23,81 Węglowodany ogółem[g]: 291 w tym cukry[g]: 28,7 Błonnik[g]: 33,84 Sód [g]: 2,7	Wartość energet. [kcal] 2228 Białko ogółem [g]: 127,2 Tłuszcz[g]: 64,2 w tym tłuszcze nasycone[g]: 23,81 Węglowodany ogółem[g]: 300,12 w tym cukry[g]: 36,45 Błonnik[g]: 25,1 Sód [g]: 2,5	Wartość energet. [kcal] 2228 Białko ogółem [g]: 127,2 Tłuszcz[g]: 64,2 w tym tłuszcze nasycone[g]: 23,81 Węglowodany ogółem[g]: 300,12 w tym cukry[g]: 36,45 Błonnik[g]: 25,1 Sód [g]: 2,5	Wartość energet. [kcal] 2202 Białko ogółem [g]: 122,23 Tłuszcz[g]: 69,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,03 Węglowodany ogółem[g]: 282 w tym cukry[g]:21,23 Błonnik[g]: 42,09 Sód [g]:2,6	Wartość energet. [kcal]2281 Białko ogółem [g] 98,45 Tłuszcz[g] 74.12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 221.34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 1,8

JADŁOSPIS- SZPITAL – MSWiA Poliklinika

22.06.2026-1.07.2026

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

	Czwartek, 25 czerwca 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 2%tł. (*7+1)350ml Paszтет chudy zapiekany drobiowy (*1*3*9+7+6) 60g Ser żółty (*7) 20g Ogórek 50g Rukola 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Masło extra 83 % (*7) 10g Herbata b/c 250ml	Płatki owsiane na mleku 2% tł. (*7+1)350ml Szynka kurczak ze straganu (+1+3+7+9+10) 50g Miód 15g Pomidor 50g Rukola 5g Chleb pszenny (*1)100g Masło extra 83 % (*7) 10g Herbata b/c 250ml	Płatki owsiane na mleku 2%tł.(*7+1)350ml Szynka kurczak ze straganu (+1+3+7+9+10) 50g Miód 15g Pomidor 50g Rukola 5g Chleb pszenny (*1)100g Masło extra 83 % (*7) 10g Herbata b/c 250ml	Jabłko 150g Paszтет chudy zapiekany drobiowy (*1*3*9+6) 60g Twaróg chudy (*7) 30g Ogórek 50g Rukola 5g Chleb razowy (*1)100g Masło extra 83 % (*7) 10g Herbata b/c 250ml	Płatki owsiane na mleku (*7 +1) 300ml, mleko w proszku (*7) 25g, miód 20g, bułka pszenna (*1) 50g, mus owocowy 100%/100g Herbata 250ml
Obiad	Zupa z ciecierzycy na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml Gulasz z szynki wieprzowej duszony z warzywami (*9) 150g (100g mięsa) Kluski śląskie (*1*3) 160g/8szt. Sałatka z ogórka kiszzonego i marchwi z olejem rzepakowym 150g Kompot owocowy 250ml	Zupa wiejska na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml Gulasz z szynki wieprzowej duszony z warzywami (*9) 150g (100g mięsa) Kluski śląskie (*1*3) 160g/8szt. Cukinia gotowana 150g Kompot owocowy 250ml	Zupa wiejska na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml Gulasz z szynki wieprzowej duszony z warzywami (*9) 150g (100g mięsa) Kluski śląskie (*1*3) 160g/8szt. Cukinia gotowana 150g Kompot owocowy 250ml	Zupa z ciecierzycy na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml Gulasz z szynki wieprzowej duszony z warzywami (*9) 150g (100g mięsa) Kasza jęczmienna *1 200g Sałatka z ogórka kiszzonego i marchwi z olejem rzepakowym 150g Woda 500ml	Zupa wiejska (*7,*9) 300ml, ziemniaki 200g, mięso wieprzowe 100g, mleko w proszku (*7)25g, jogurt (*7) 50g, cukinia gotowana 100g Kompot wielowocowy 250ml
Podwie	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	Sałatka jarzynowa z jogurtem i jajkiem (*7*3*9)100g Szynka rubinowa wieprzowa (+1+6+7+9+10) 40g Pomidor 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło extra 83 % (*7) 10g Herbata b/c 250ml	Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem i jajkiem (*7*3*9) 100g Szynka rubinowa wieprzowa (+1+6+7+9+10) 40g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło extra 83 % (*7) 10g Herbata b/c 250ml	Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem i jajkiem (*7*3*9) 100g Szynka rubinowa wieprzowa (+1+6+7+9+10) 40g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło extra 83 % (*7) 10g Herbata b/c 250ml	Sałatka jarzynowa z jogurtem i jajkiem (*7*3*9)100g Szynka rubinowa wieprzowa (+1+6+7+9+10) 40g Pomidor 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło extra 83 % (*7) 10g Herbata b/c 250ml	Mięso drobiowe 100g, jajko(*3) 50g, seler(*9), marchew, pietruszka- 150g, oliwa 20g, kasza manna (*1)50g, woda 100ml Herbata 250ml
Nočný	Bułka razowa 60g, z mix roślinnym 5g, poledwicą drobiową 15g, twarogiem 15g, sałatą 2g i pomidorem 20g (*1*6+9+10) Banan 120g	Bułka pszenna 60g, z mix roślinnym 5g, poledwicą drobiową 15g, twarozkiem 15g, sałatą 2g i pomidorem 20g (*1*6+9+10) Banan 120g	Bułka pszenna 60g, z mix roślinnym 5g, poledwicą drobiową 15g, twarozkiem 15g, sałatą 2g i pomidorem 20g (*1*6+9+10) Banan 120g	Bułka razowa 60g, z mix roślinnym 5g, poledwicą drobiową 15g, twarogiem 15g, sałatą 2g i pomidorem 20g (*1*6+9+10) Ogórek súpki 100g	Bułka pszenna 60g, z mix roślinnym 5g, poledwicą drobiową 15g, twarozkiem 15g, sałatą 2g i pomidorem 20g (*1*6+9+10) Banan 120g
WARTOŚCI ODŻTWTCZE	Wartość energet. [kcal] 2494 Białko ogółem [g]: 118,4 Tłuszcz[g]: 74,02 w tym tłuszcze nasycone[g]: 23,95 Węglowodany ogółem[g]: 356 w tym cukry[g]: 26,62 Błonnik[g]: 37,5 Sód [g]: 3,6	Wartość energet. [kcal] 2442 Białko ogółem [g]: 109,91 Tłuszcz[g]: 68.2 w tym tłuszcze nasycone[g]: 21,30 Węglowodany ogółem[g]: 356,87 w tym cukry[g]: 37,18 Błonnik[g]: 27,72 Sód [g]: 2,8	Wartość energet. [kcal] 2442 Białko ogółem [g]: 109,91 Tłuszcz[g]: 68.2 w tym tłuszcze nasycone[g]: 21,30 Węglowodany ogółem[g]: 356,87 w tym cukry[g]: 37,18 Błonnik[g]: 27,72 Sód [g]: 2,8	Wartość energet. [kcal] 2433 Białko ogółem [g]: 114,24 Tłuszcz[g]: 73,02 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,04 Węglowodany ogółem[g]: 312,12 w tym cukry[g]:20,34 Błonnik[g]:40,78 Sód [g]: 2,8	Wartość energet. [kcal]2253 Białko ogółem [g] 104,2 Tłuszcz[g] 80.12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 197.34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g]1,77

JADŁOSPIS- SZPITAL – MSWiA Poliklinika

22.06.2026-1.07.2026

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

	Piątek, 26 czerwca 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 (*) 250ml Pasta jajeczna ze szczypiorem (*)3 70g Szynka drobiowa z kurczakiem (+6+7+10) 20g Rzodkiew biała 50g Roszponka 5g Chleb mieszany ziarnisty (*)1 100g Masło extra 83 % (*)7 10g Herbata b/c 250ml	Kakao na mleku (*) 250ml Pasta jajeczna z koperkiem(*)3 70g Szynka drobiowa z kurczakiem (+6+7+10) 20g Cukinia parzona 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*)1 100g Masło extra 83 % (*)7 10g Herbata b/c 250ml	Kakao na mleku (*) 250ml Pasta z białek jaj z koperkiem (*)3 70g Szynka drobiowa z kurczakiem (+6+7+10) 20g Cukinia parzona 50g Sałata 1 liść Chleb pszenny (*)1 100g Masło extra 83 % (*)7 10g Herbata b/c 250ml	Kefir naturalny*7/200ml Pasta jajeczna ze szczypiorem (*)3 70g Szynka drobiowa z kurczakiem (+6+7+10) 20g Rzodkiew biała 50g Roszponka 5g Chleb razowy (*)1 100g Masło extra 83 % (*)7 10g Herbata b/c 250ml	Płatki jaglane na mleku (*) 300ml, mleko w proszku (*)7 25g, miód 20g, bułka pszenna (*)1 50g, Mus owocowy 100%/100g Herbata z cukrem 250ml
Obiad	Zupa kalafiorowa z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*)1*7*9) 400ml Kotlet rybny z mintaja panierowany i pieczony z sosem po grecku (*)1*3*4*9) 110g/50ml Ziemniaki 200g Surówka z kiszonej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 150g Kompot owocowy 250ml	Zupa kalafiorowa z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*)1*7*9) 400ml Kotlet rybny z mintaja parowany z sosem po grecku (*)4*9) 100g/50ml Ziemniaki 200g Bukiet warzyw gotowany 150g Kompot owocowy 250ml	Zupa kalafiorowa z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*)1*7*9) 400ml Kotlet rybny z mintaja parowany z sosem po grecku (*)4*9) 100g/50ml Ziemniaki 200g Bukiet warzyw gotowany 150g Kompot owocowy 250ml	Zupa kalafiorowa z makaronem razowym na wywarze mięsno-warzywnym (*)7*9) 400ml Kotlet rybny z mintaja parowany z sosem po grecku (*)4*9) 100g/50ml Ziemniaki 200g Surówka z kiszonej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 150g Woda 500ml	Zupa kalafiorowa (*)7,*9) 300ml, ziemniaki 200g, ryba na parze 100g, mleko w proszku (*)7 25g, jogurt (*)7 bukiet warzyw 100g Kompot wieloowocowy 250ml
Podwiecz	Jogurt naturalny (*)7 100g Mandarynka 80g	Jogurt owocowy (*)7 100g	Jogurt owocowy (*)7 100g	Jogurt naturalny (*)7 100g Mandarynka 80g	Jogurt owocowy (*)7 100g
Kolacja	Risotto na ciepło z warzywami i piersią z kurczaka (*)9) 200g Pomidor 50g Chleb mieszany ziarnisty (*)1 100g Masło extra 83 % (*)7 10g Herbata b/c 250ml	Risotto na ciepło z warzywami i piersią z kurczaka (*)9) 200g Pomidor 50g Chleb pszenny (*)1 100g Masło extra 83 % (*)7 10g Herbata b/c 250ml	Risotto na ciepło z warzywami i piersią z kurczaka (*)9) 200g Pomidor 50g Chleb pszenny (*)1 100g Masło extra 83 % (*)7 10g Herbata b/c 250ml	Risotto z ryżu brązowego na ciepło z warzywami i piersią z kurczaka (*)9) 200g Pomidor 50g Chleb razowy (*)1 100g Masło extra 83 % (*)7 10g Herbata b/c 250ml	Mięso drobiowe 100g, jajko(*)3 50g, seler(*)9), marchew, pietruszka, 150g oliwa 20g, kasza manna (*)1 50g, woda 100ml Herbata 250ml
Noczy	Kanapka tostowa razowa 60g, z mix roślinnym 5g, mozzarellą 15g, jajkiem 15g, sałatą 2g i ogórkiem 20g(*)1*6+9+10) Surówka z marchewki i jabłka z pestkami słonecznika 100g	Kanapka tostowa pszenna 60g, z mix roślinnym 5g, mozzarellą 15g, jajkiem 15g, sałatą 2g i pomidorem 20g(*)1*7*6+9+10) Mus owocowy 100%/100g	Kanapka tostowa pszenna 60g, z mix roślinnym 5g, mozzarellą 15g, jajkiem 15g, sałatą 2g i pomidorem 20g(*)1*7*6+9+10) Mus owocowy 100%/100g	Kanapka tostowa razowa 60g, z mix roślinnym 5g, mozzarellą 15g, jajkiem 15g, sałatą 2g i ogórkiem 20g(*)1*6+9+10) Surówka z marchewki i jabłka z pestkami słonecznika 100g	Kanapka tostowa pszenna 60g, z mix roślinnym 5g, mozzarellą 15g, jajkiem 15g, sałatą 2g i pomidorem 20g(*)1*7*6+9+10) Mus owocowy 100%/100g
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2223 Białko ogółem [g]: 107,3 Tłuszcz[g]: 64,09 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,7 Węglowodany ogółem[g]: 346 w tym cukry[g]: 28,3 Błonnik[g]:41,22 Sód[g]: 3	Wartość energet. [kcal] 2319 Białko ogółem [g]: 115,4 Tłuszcz[g]: 60,45 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,56 Węglowodany ogółem[g]: 345,34 w tym cukry[g]: 29,2 Błonnik[g]:25,35 Sód [g]: 2,6	Wartość energet. [kcal] 2289 Białko ogółem [g]: 115,4 Tłuszcz[g]: 55,3 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,56 Węglowodany ogółem[g]: 345,34 w tym cukry[g]: 29,2 Błonnik[g]:25,35 Sód [g]: 2,6	Wartość energet. [kcal] 2256 Białko ogółem [g]: 113,9 Tłuszcz[g]: 61,1 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,03 Węglowodany ogółem[g]: 306,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:43,11 Sód [g]: 2,3	Wartość energet. [kcal]2162 Białko ogółem [g] 104,32 Tłuszcz[g] 59,76 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 206,2 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 1,53

JADŁOSPIS- SZPITAL – MSWiA Poliklinika

22.06.2026-1.07.2026

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

	Sobota, 27 czerwca 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 Masło extra 83 % (*7) 10g Schab z kija wieprzowy 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 Masło extra 83 % (*7) 10g Schab z kija wieprzowy 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 Masło extra 83 % (*7) 10g Schab z kija wieprzowy 50g Mozzarella plastry (*7) 20g Pomidor 50g Sałata 1 liść /5g Herbata b/c 250ml	Morela 100g Chleb razowy (*1) 100g Masło extra 83 % (*7) 10g Schab z kija wieprzowy 50g Mozzarella plastry (*7) 20g Papryka 50g Sałata 1 liść/5g Herbata bez cukru 250ml	Płatki owsiane na mleku (*7+1) 300ml , mleko w proszku (*7) 25g, miód 20g, bułka pszenna (*1) 50g, banan 100g Herbata 250ml
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 (100g mięsa) 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 (*9) 150g (100g mięsa) 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 (*9) 150g (100g mięsa) 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 bez mąki (*9) 150g (100g mięsa) Surówka z białej kapusty z olejem rzepakowym 150g Woda 500ml	Zupa z cukinii (*7*9) 300ml, ziemniaki 200g, mięso wieprzowe 100g, mleko w proszku (*7) 25g, jogurt (*7)50g, marchew gotowana 100g Kompot owocowy 250ml
Podwiecz	Sałatką ze świeżych warzyw z fetą i olejem rzepakowym (*7) 150g	Mus owocowy 100%/100g	Mus owocowy 100%/100g	Sałatką ze świeżych warzyw z fetą i olejem rzepakowym (*7) 150g	Kefir naturalny (*7) 200ml
Kolacja	Pasta rybna z łososiem, chudym twarogiem i koperkiem (*4*7) 70g Miód 1szt./15g Ogórek kiszony 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło extra 83 % (*7) 10g Herbata b/c 250ml	Pasta rybna z łososiem, chudym twarogiem i koperkiem (*4*7) 70g Miód 1szt./15g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło extra 83 % (*7) 10g Herbata b/c 250ml	Pasta rybna z łososiem, chudym twarogiem i koperkiem (*4*7) 70g Miód 1szt./ 15g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło extra 83 % (*7) 10g Herbata b/c 250ml	Pasta rybna z łososiem, chudym twarogiem i koperkiem (*4*7) 70g Szynka drobiowa z pasieki 30g Ogórek kiszony 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło extra 83 % (*7) 10g Herbata bez cukru 250ml	Mięso drobiowe 100g, jajko(*3) 50g, seler(*9), marchew, pietruszka 150g, oliwa 20g, kasza manna (*1) 50g, 100ml wody Herbata 250ml
Nocny	Kanapka tostowa razowa 60g, z mix roślinnym 5g, poledwica drobiową 10g, jajkiem 15g, sałatą 2g i pomidorem 20g (*7*1*6*3+9) Morela 100g	Kanapka tostowa pszenna 60g, z mix roślinnym 5g, poledwica drobiową 10g, jajkiem 15g, sałatą 2g i pomidorem 20g (*1*7*3*6+9) Morela 100g	Kanapka tostowa pszenna 60g, z mix roślinnym 5g, poledwica drobiową 10g, jajkiem 15g, sałatą 2g i pomidorem 20g (*1*7*3*6+9) Morela 100g	Kanapka tostowa razowa 60g, z mix roślinnym 5g, poledwica drobiową 10g, jajkiem 15g, sałatą 2g i pomidorem 20g (*7*1*6*3+9) Ogórek słupki 100g	Kanapka tostowa pszenna 60g, z mix roślinnym 5g, poledwica drobiową 10g, jajkiem 15g, sałatą 2g i pomidorem 20g (*1*7*3*6+9) Morela 100g
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2094 Białko ogółem [g]: 108,5 Tłuszcz[g]: 60,94 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22 Węglowodany ogółem[g]: 295,2 w tym cukry[g]: 31.2 Błonnik[g]:32,38 Sód [g]: 3,3	Wartość energet. [kcal] 2112 Białko ogółem [g]: 104,22 Tłuszcz[g]: 58,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,02 Węglowodany ogółem[g]: 298,11 w tym cukry[g]: 34,2 Błonnik[g]:27,12 Sód [g]: 2,9	Wartość energet. [kcal] 2112 Białko ogółem [g]: 104,22 Tłuszcz[g]: 58,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,02 Węglowodany ogółem[g]: 298,11 w tym cukry[g]: 34,2 Błonnik[g]:27,12 Sód [g]: 2,9	Wartość energet. [kcal] 2052 Białko ogółem [g]: 101,04 Tłuszcz[g]: 59,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,6 Węglowodany ogółem[g]: 271,23 w tym cukry[g]: 26,1 Błonnik[g]:38,12 Sód[g]: 2,9	Wartość energet. [kcal]2217 Białko ogółem [g] 89,3 Tłuszcz[g] 78,4 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 228.3 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 1,85

JADŁOSPIS- SZPITAL – MSWiA Poliklinika

22.06.2026-1.07.2026

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

	Niedziela, 28 czerwca 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. 250Ml (*) Chleb mieszany ziarnisty (*)1) 100g Masło extra 83 % (*)7) 10g Kiełbasa chuda drobiowa na ciepło (*6+9+10) 100g Musztarda (*)10) 20g Rzodkiew biała 50g Rukola 5g Herbata b/c 250ml	Kakao na mleku 2%tł. 250Ml (*) Chleb pszenny (*)1) 100g Masło extra 83 % (*)7) 10g Kiełbasa chuda drobiowa na ciepło (*6+9+10)100g Kecsup (*)10) 20g Pomidor 50g Rukola 5g Herbata b/c 250ml	Kakao na mleku 2%tł. 250Ml (*) Chleb pszenny (*)1) 100g Masło extra 83 % (*)7) 10g Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 50g Dżem 25g Pomidor 50g Rukola 5g Herbata b/c 250ml	Kefir naturalny *7/200ml Chleb razowy (*)1) 100g Masło extra 83 % (*)7) 10g Kiełbasa chuda drobiowa na ciepło (*6+9+10)100g Musztarda (*)10) 20g Rzodkiew biała 50g Liść sałaty 5g Herbata bez cukru 250ml	Kasza manna na mleku (*7*1) 300ml, mleko w proszku (*)7) 25g, miód 20g, bułka pszenna (*)1) 50g, mus owocowy 100%/100g Herbata 250ml
Obiad	Rosół na wywarze mięsno-warzywnym z makaronem (*1*3*9) 400ml Kotlet schabowy panierowany i pieczony (*1*3) 100g Ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki i koperku z olejem rzepakowym 150g Kompot owocowy 250ml	Rosół na wywarze mięsno-warzywnym z makaronem (*1*3*9) 400ml Schab wieprzowy gotowany w sosie własnym (*9) 100g/50ml Ziemniaki 200g Brokuł gotowany 150g Kompot owocowy 250ml	Rosół na wywarze mięsno-warzywnym z makaronem (*1*3*9) 400ml Schab wieprzowy gotowany w sosie własnym (*9) 100g/50ml Ziemniaki 200g Brokuł gotowany 150g Kompot owocowy 250ml	Rosół na wywarze mięsno-warzywnym z makaronem razowym (*1*9) 400ml Schab wieprzowy gotowany w sosie własnym (*9) 100g/50ml Ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki i koperku z olejem rzepakowym 150g Woda 500ml	Rosół (*7,*9) 300ml, ziemniaki 200g, mięso wieprzowe 100g, mleko w proszku (*)7) 25g, jogurt (*)7) 50g, brokuł gotowany 100g Kompot owocowy 250ml
Podwie	Arbuz 150g Migdały 10g	Arbuz 150g	Arbuz 150g	Jabłko 150g Migdały 10g	Mus owocowy 100%/100g
Kolacja	Ser żółty (*)7) 50g Polędwica drobiowa kurczak ze straganu (+1+7+3+9+10) 20g Pomidor 50g Chleb mieszany ziarnisty (*)1)100g Masło extra 83 % (*)7) 10g Herbata b/c 250ml	Twarożek półtłusty z natką pietruszki (*)7) 70g Polędwica drobiowa kurczak ze straganu (+1+7+3+9+10) 20g Pomidor 50g Chleb pszenny (*)1)100g Masło extra 83 % (*)7) 10g Herbata b/c 250ml	Twarożek półtłusty z natką pietruszki(*)7) 70g Polędwica drobiowa kurczak ze straganu (+1+7+3+9+10) 20g Pomidor 50g Chleb pszenny (*)1)100g Masło extra 83 % (*)7) 10g Herbata b/c250ml	Twarożek półtłusty z natką pietruszki(*)7) 70g Polędwica drobiowa kurczak ze straganu (+1+7+3+9+10) 20g Pomidor 50g Chleb razowy (*)1)100g Masło extra 83 % (*)7) 10g Herbata b/c 250ml	Mięso drobiowe 100g, jajko(*)3) 50g, seler(*)9), marchew, pietruszka 150g, oliwa 20g, , kasza manna (*)1) 50g, woda 100ml Herbata 250ml
Nocny	Kanapka tostowa razowa 60g, z mix kanapkowym 5g, z szynką wieprzową 10g, twarożkiem 15g, sałatą 5g, ogórkiem 20g (*1*7+6+9+) Jabłko 120g	Kanapka tostowa pszenna 60g z mix kanapkowym 5g, z szynką wieprzową 10g, twarożkiem chudym 15g, sałatą 2g, pomidorem 20g (*1*7+6+9) Sok owocowy 100% owoców /200ml	Kanapka tostowa pszenna 60g z mix kanapkowym 5g, z szynką wieprzową 10g, twarożkiem chudym 15g, sałatą 2g, pomidorem 20g (*1*7+6+9) Sok owocowy 100% owoców /200ml	Kanapka tostowa razowa 60g, z mix kanapkowym 5g, z szynką wieprzową 10g, twarożkiem 15g, sałatą 5g, ogórkiem 20g (*1*7+6+9+) Papryka słupki 100g	Kanapka tostowa pszenna 60g z mix kanapkowym 5g, z szynką wieprzową 10g, twarożkiem chudym 15g, sałatą 2g, pomidorem 20g (*1*7+6+9) Sok owocowy 100% owoców /200ml
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2303 Białko ogółem [g]: 121,2 Tłuszcz[g]: 73,4 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,88 Węglowodany ogółem[g]: 307,4 w tym cukry[g]: 25.3 Błonnik[g]: 33,72 Sód [g]: 1,7	Wartość energet. [kcal]2242 Białko ogółem [g]: 114,32 Tłuszcz[g]: 62,2 w tym tłuszcze nasycone[g]: 17,03 Węglowodany ogółem[g]: 311.2 w tym cukry[g]: 29.1 Błonnik[g]:27,2 Sód [g]: 1,5	Wartość energet. [kcal]2242 Białko ogółem [g]: 114,32 Tłuszcz[g]: 62,2 w tym tłuszcze nasycone[g]: 17,03 Węglowodany ogółem[g]: 311.2 w tym cukry[g]: 29.1 Błonnik[g]:27,2 Sód [g]: 1,5	Wartość energet. [kcal] 2233 Białko ogółem [g]:115,54 Tłuszcz[g]: 70,2 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 299,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:39,99 Sód[g]: 1,6	Wartość energet. [kcal]2218 Białko ogółem [g] 85,45 Tłuszcz[g] 63.12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 234.34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 1,5

JADŁOSPIS- SZPITAL – MSWiA Poliklinika

22.06.2026-1.07.2026

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, 29 czerwca 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 na mleku 2% tł. *7 250ml Jajko w sosie jogurtowo-koperkowym (*7*3) 50g/30ml Polędwica sopocka wieprzowa (+6+7+9+10) 30g Ogórek kiszony 50g Roszponka 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Masło extra 83 % (*7) 10g Herbata b/c 250ml	Kawa na mleku 2% tł. *7 250ml Jajko w sosie jogurtowo-koperkowym (*7*3) 50g/30ml Polędwica sopocka wieprzowa (+6+7+9+10) 30g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*1)100g Masło extra 83 % (*7) 10g Herbata b/c 250ml	Kawa na mleku 2% tł. *7 250ml Polędwica sopocka wieprzowa (+6+7+9+10) 60g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*1)100g Masło extra 83 % (*7) 10g Herbata b/c 250ml	Twaróg chudy plaster (*7) 50g Jajko w sosie jogurtowo-koperkowym (*7*3) 50g/30ml Polędwica sopocka wieprzowa (+6+7+9+10) 30g Ogórek kiszony 50g Roszponka 5g Chleb razowy (*1)100g Masło extra 83 % (*7) 10g Herbata b/c 250ml	Płatki jaglane na mleku (*7) 300ml, mleko w proszku (*7) 25g, miód 20g, bułka pszenna (*1) 50g, banan 200g Herbata 250ml
Obiad	Zupa fasolowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9)400ml Sos drobiowy z duszonym kurczakiem z warzywami po chińsku (*9) 150g (100g mięsa) Ryż biały 200g Surówka z marchewki z olejem rzepakowym 150g Kompot owocowy 250ml	Zupa jarzynowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami(*7*9)400ml Gulasz drobiowy duszony z warzywami (*7*9) 150g (100g mięsa) Ryż biały 200g Marchewka gotowana 150g Kompot owocowy 250ml	Zupa jarzynowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami(*7*9)400ml Gulasz drobiowy duszony z warzywami (*7*9) 150g (100g mięsa) Ryż biały 200g Marchewka gotowana 150g Kompot owocowy 250ml	Zupa fasolowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9)400ml Sos drobiowy z duszonym kurczakiem z warzywami po chińsku (*9) 150g (100g mięsa) Ryż brązowy 200g Surówka z marchewki z olejem rzepakowym 150g Woda 500ml	Zupa jarzynowa (*7,*9) 300ml, ziemniaki 200g, mięso drobiowe 100g, mleko w proszku (*7) 25g, jogurt (*7) 50g , marchew gotowana 100g Kompot wieloowocowy 250ml
Podi	Jogurt naturalny 100ml (*7) Morela 100g	Jogurt naturalny 100ml (*7) Morela 100g	Jogurt naturalny 100ml *7 Morela 100g	Jogurt naturalny 100ml (*7) Morela 100g	Jogurt naturalny 100ml *7
Kolacja	Mozzarella plastry(*7)50g Szynka drobiowa kurczak ze straganu (+7+1+3+9) 20g Papryka 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło extra 83 % (*7) 10g Herbata b/c 250ml	Mozzarella plastry(*7)50g Szynka drobiowa kurczak ze straganu (+7+1+3+9) 20g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło extra 83 % (*7) 10g Herbata b/c 250ml	Mozzarella plastry(*7)50g Szynka drobiowa kurczak ze straganu (+7+1+3+9) 20g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło extra 83 % (*7) 10g Herbata b/c 250ml	Mozzarella plastry(*7)50g Szynka drobiowa kurczak ze straganu (+7+1+3+9) 20g Papryka 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło extra 83 % (*7) 10g Herbata b/c 250ml	Mięso wieprzowe 100g, jajko(*3) 50g, seler(*9), marchew, pietruszka 150g, oliwa 20g, kasza manna (*1) 50g, woda 100ml Herbata 250ml
Neenry	Kanapka tostowa razowa 60g, z szynką wieprzową 10g, twarogiem chudym 15g, sałatą 2g, ogórkiem 20g i masłem 5g(*1*7+6+9+10) Pomidor 100g	Kanapka tostowa pszenna 60g, z szynką wieprzową 10g, twarogiem chudym 15g, sałatą 2g, pomidorem 20g i masłem 5g(*1*7+6+9+10) Mus owocowy 100%/100g	Kanapka tostowa pszenna 60g, z szynką wieprzową 10g, twarogiem chudym 15g, sałatą 2g, pomidorem 20g i masłem 5g(*1*7+6+9+10) Mus owocowy 100%/100g	Kanapka tostowa razowa 60g, z szynką wieprzową 10g, twarogiem chudym 15g, sałatą 2g, ogórkiem 20g i masłem 5g(*1*7+6+9+10) Pomidor 100g	Kanapka tostowa pszenna 60g, z szynką wieprzową 10g, twarogiem chudym 15g, sałatą 2g, pomidorem 20g i masłem 5g(*1*7+6+9+10) Mus owocowy 100%/100g
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2134 Białko ogółem [g]: 115,76 Tłuszcz[g]: 60,34 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,31 Węglowodany ogółem[g]: 336,56 w tym cukry[g]: 34,23 Błonnik[g]: 38,8 Sód [g]: 2,1	Wartość energet. [kcal] 1976 Białko ogółem [g]: 104,65 Tłuszcz[g]: 53.2 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,3 Węglowodany ogółem[g]: 321,8 w tym cukry[g]: 40,1 Błonnik[g]: 30,72 Sód [g]: 1,9	Wartość energet. [kcal] 1976 Białko ogółem [g]: 104,65 Tłuszcz[g]: 53.2 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,3 Węglowodany ogółem[g]: 321,8 w tym cukry[g]: 40,1 Błonnik[g]: 30,72 Sód [g]: 1,9	Wartość energet. [kcal] 2112 Białko ogółem [g]: 109,3 Tłuszcz[g]: 60,5 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,04 Węglowodany ogółem[g]: 322,6 w tym cukry[g]:22,3 Błonnik[g]:44,78 Sód [g]: 1,9	Wartość energet. [kcal]2262 Białko ogółem [g] 91,45 Tłuszcz[g] 63.12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 225.34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 1,84

JADŁOSPIS- SZPITAL – MSWiA Poliklinika

22.06.2026-1.07.2026

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

	Wtorek, 30 czerwca 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 2%tł. (*1*7)350ml Pasta twarogowa półtłusta z koperkiem (*7) 70g Schab wieprzowy z kija 30g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło extra 83 % (*7) 10g Herbata b/c 250ml	Płatki jęczmienne na mleku 2%tł. (*1*7)350ml Pasta twarogowa półtłusta z koperkiem (*7) 70g Schab wieprzowy z kija 30g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*1) 100g Masło extra 83 % (*7) 10g Herbata b/c 250ml	Płatki jęczmienne na mleku 2%tł. (*1*7)350ml Pasta twarogowa półtłusta z koperkiem (*7) 70g Schab wieprzowy z kija 30g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*1) 100g Masło extra 83 % (*7) 10g Herbata b/c 250ml	Jabłko 150g Pasta twarogowa półtłusta z koperkiem (*7) 70g Schab wieprzowy z kija 30g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb razowy (*1) 100g Masło extra 83 % (*7) 10g Herbata b/c 250ml	Płatki jęczmienne na mleku (*1*7) 300ml, mleko w proszku (*7) 25g, miód 20g, bułka pszenna (*1) 50g, mus owocowy 100%/100g Herbata z cukrem 250ml
Obiad	Zupa pieczarkowa z makaronem na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml Stek wieprzowy pieczony ze smażoną cebulką 100g/30g Ziemniaki 200g Surówka z czerwonej kapusty z olejem rzepakowym 150g Kompot owocowy 250ml	Zupa wiejska z makaronem na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml Pulpet wieprzowy gotowany w sosie pomidorowym (*7*9) 100g/100ml Ziemniaki 200g Bukiet warzyw gotowany 150g Kompot owocowy 250ml	Zupa wiejska z makaronem na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml Pulpet wieprzowy gotowany w sosie pomidorowym (*7*9) 100g/100ml Ziemniaki 200g Bukiet warzyw gotowany 150g Kompot owocowy 250ml	Zupa pieczarkowa z makaronem razowym na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml Pulpet wieprzowy gotowany w sosie pomidorowym (*7*9) 100g/100ml Ziemniaki 200g Surówka z czerwonej kapusty z olejem rzepakowym 150g Woda 500ml	Zupa wiejska(*9) 300ml, ziemniaki 200g, mięso drobiowo-wieprzowe 100g, mleko w proszku (*7) 25g, jogurt (*7) 50g, bukiet warzyw gotowany 100g Kompot wieloowocowy 250ml
Podwiecz	Kefir naturalny 200ml *7	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	Kefir naturalny (*7) 200ml	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g
Kolacja	Kuskus z warzywami i pieczoną piersią kurczaka (*1*9) 200g Ogórek 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Masło extra 83 % (*7) 10g Herbata b/c 250ml	Kuskus z warzywami i pieczoną piersią kurczaka (*1*9) 200g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło extra 83 % (*7) 10g Herbata b/c 250ml	Kuskus z warzywami i pieczoną piersią kurczaka (*1*9) 200g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło extra 83 % (*7) 10g Herbata b/c250ml	Kasza gryczana z warzywami i pieczoną piersią kurczaka (*9) 200g Ogórek 50g Chleb razowy (*1)100g Masło extra 83 % (*7) 10g Herbata b/c 250ml	Mięso drobiowe 100g, jajko(*3) 50g, seler(*9), marchew, pietruszka 150g, oliwa 20g, kasza manna (*1) 50g, woda 100ml Herbata 250ml
Nocny	Kanapka tostowa razowa 60g, z mix roślinnym 5g, mozzarellą 10g , szynka wieprzowa 15g, sałatą 2g i ogórkiem 20g(*7*1*6+9+10) Banan 120g	Kanapka tostowa pszenna 60g, z mix roślinnym 5g, mozzarellą 10g, szynką wieprzowa 15g, sałatą 2g i pomidorem 20g(*1*7*6+9+10) Banan 120g	Kanapka tostowa pszenna 60g, z mix roślinnym 5g, mozzarellą 10g, szynką wieprzowa 15g, sałatą 2g i pomidorem 20g(*1*7*6+9+10) Banan 120g	Kanapka tostowa razowa 60g, z mix roślinnym 5g, mozzarellą 10g , szynka wieprzowa 15g, sałatą 2g i ogórkiem 20g(*7*1*6+9+10) Papryka słupki 100g	Kanapka tostowa pszenna 60g, z mix roślinnym 5g, mozzarellą 10g, szynką wieprzowa 15g, sałatą 2g i pomidorem 20g(*1*7*6+9+10) Banan 120g

WARTOŚCI ODŻWICZAJĄCE	Wartość energet. [kcal] 2509 Białko ogółem [g]: 139,2 Tłuszcz[g]: 64,24 w tym tłuszcze nasycone[g]: 51,03 Węglowodany ogółem[g]: 361,2 w tym cukry[g]: 57,64 Błonnik[g]: 35,99 Sód [g]: 1,7	Wartość energet. [kcal] 2395 Białko ogółem [g]: 122,54 Tłuszcz[g]: 56,02 w tym tłuszcze nasycone[g]: 42,05 Węglowodany ogółem[g]: 357,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 26,12 Sód [g]: 1,67	Wartość energet. [kcal] 2395 Białko ogółem [g]: 122,54 Tłuszcz[g]: 56,02 w tym tłuszcze nasycone[g]: 42,05 Węglowodany ogółem[g]: 357,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 26,12 Sód [g]: 1,67	Wartość energet. [kcal] 2377 Białko ogółem [g]: 128,3 Tłuszcz[g]:78,59 w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,04 Węglowodany ogółem[g]: 320,67 w tym cukry[g]:37,34 Błonnik[g]:39,78 Sód [g]: 1,76	Wartość energet. [kcal]2281 Białko ogółem [g] 86,12 Tłuszcz[g] 60,45 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 244,34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 1,44
-----------------------	--	--	--	---	--

JADŁOSPIS- SZPITAL – MSWiA Poliklinika

22.06.2026-1.07.2026

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

	Środa, 1 lipca 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 *7/250ml Chleb mieszany ziarnisty (*)1) 100g Masło extra 83 % (*)7) 10g Szynka z kurczakiem (+6+10+7 40g Mozzarella plaster (*)7) 30g Pomidor 50g Mozzarella plaster (*)7) 30g Ogórek kiszony 50g Kielki rzodkiewki 5g Herbata b/c 250ml	Kawa Inka na mleku *7/250ml Chleb pszenny (*)1) 100g Masło extra 83 % (*)7) 10g Szynka z kurczakiem (+6+10+7 40g Mozzarella plaster (*)7) 30g Pomidor 50g Sałata 1liść/5g Herbata b/c 250ml	Kawa Inka na mleku *7/250ml Chleb pszenny (*)1) 100g Masło extra 83 % (*)7) 10g Szynka z kurczakiem (+6+10+7 40g Mozzarella plaster (*)7) 30g Pomidor 50g Sałata 1 liść /5g Herbata b/c 250ml	Jajko gotowane 1szt./50g(*)3) Chleb razowy (*)1) 100g Masło extra 83 % (*)7) 10g Szynka z kurczakiem (+6+10+7 40g Mozzarella plaster(*)7) 30g Ogórek kiszony 50g Kielki rzodkiewki 5g Herbata bez cukru 250ml	Płatki owsiane na mleku (*7+1) 300ml , mleko w proszku (*)7) 25g, miód 20g, bułka pszenna (*)1) 50g, banan 100g Herbata 250ml
Obiad	Kapuśniak na wywarze mięsnym i włoszczyzny z ziemniakami (*7*9) 400ml Bitki z szynki wieprzowej duszone w sosie własnym(*9) 100g/50ml Kopytka ziemniaczane (*1*3) 160g/8szt. Buraczki tarte z olejem rzepakowym 150g Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa brokułowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym *7*9 400ml Bitki z szynki wieprzowej duszone w sosie własnym(*9) 100g/50ml Kopytka ziemniaczane (*1*3) 160g/8szt. Buraczki tarte z olejem rzepakowym 150g Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa brokułowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym *7*9 400ml Bitki z szynki wieprzowej duszone w sosie własnym(*9) 100g/50ml Kopytka ziemniaczane (*1*3) 160g/8szt. Buraczki tarte z olejem rzepakowym 150g Kompot wieloowocowy 250ml	Kapuśniak na wywarze mięsnym i włoszczyzny z ziemniakami (*7*9) 400ml Bitki z szynki wieprzowej duszone w sosie własnym(*9) 100g/50ml Kasza gryczana 200g Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 150g Woda 500ml	Zupa brokułowa (*7,*9) 300ml, ziemniaki 200g, mięso wieprzowe 100g, mleko w proszku (*)7) 25g, jogurt (*)7) 50g, buraczki gotowane 200g Kompot wieloowocowy 250ml
Podwieczorek	Brzoskwinia 100g Pestki słonecznika 15g	Brzoskwinia 100g	Brzoskwinia 100g	Brzoskwinia 100g Pestki słonecznika 15g	Jogurt owocowy (*)7) 100g
Kolacja	Salatka śledziowa z ogórkiem kiszonym i cebulką (*)4) 140g Papryka 50g Chleb mieszany ziarnisty (*)1) 100g Masło extra 83 % (*)7) 10g Herbata b/c 250ml	Pasta rybno -twarogowa z łososiem i koperkiem i chudym twarogiem(*4*7) 70g Dżem truskawkowy 25g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*)1) 100g Masło extra 83 % (*)7) 10g Herbata b/c 250ml	Pasta rybno -twarogowa z łososiem i koperkiem i chudym twarogiem (*4*7) 70g Dżem truskawkowy 25g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*)1) 100g Masło extra 83 % (*)7) 10g Herbata b/c 250ml	Salatka śledziowa z ogórkiem kiszonym i cebulką (*)4) 140g Papryka 50g Chleb razowy (*)1) 100g Masło extra 83 % (*)7) 10g Herbata bez cukru 250ml	Mięso drobiowe 100g, jajko(*)3) 50g, seler(*9), marchew, pietruszka 150g, oliwa 20g, kasza manna (*)1) 50g, 100ml wody Herbata 250ml
Noce	Bułka razowa 60g, z mix roślinnym 5g, polędwicą sopocką 15g, jajkiem 10g, sałatą 2g i ogórkiem 20g(*7*1*6+9+10) Mus owocowy 100%/100g	Bułka pszenna 60g, z mix roślinnym 5g, polędwicą sopocką 15g, jajkiem 10g, sałatą 2g i pomidorem 20g (*1*7*6+9+10) Mus owocowy 100%/100g	Bułka pszenna 60g, z mix roślinnym 5g, polędwicą sopocką 15g, jajkiem 10g, sałatą 2g i pomidorem 20g (*1*7*6+9+10) Mus owocowy 100%/100g	Bułka razowa 60g, z mix roślinnym 5g, polędwicą sopocką 15g, jajkiem 10g, sałatą 2g i ogórkiem 20g(*7*1*6+9+10) Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem *7/100g	Bułka pszenna 60g, z mix roślinnym 5g, polędwicą sopocką 15g, jajkiem 10g, sałatą 2g i ogórkiem 20g(*7*1*6+9+10) Mus owocowy /100g
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2242 Białko ogółem [g]: 106,8 Tłuszcz[g]: 69,4 w tym tłuszcze nasycone[g]: 48,05 Węglowodany ogółem[g]: 307,7 w tym cukry[g]: 37,65 Błonnik[g]: 32,1 Sód [g]: 3,2	Wartość energet. [kcal] 2156 Białko ogółem [g]: 99,63 Tłuszcz[g]: 62,2 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 311,12 w tym cukry[g]: 39,64 Błonnik[g]:25,99 Sód [g]: 1,9	Wartość energet. [kcal] 2156 Białko ogółem [g]: 99,63 Tłuszcz[g]: 62,2 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 311,12 w tym cukry[g]: 39,64 Błonnik[g]:25,99 Sód [g]: 1,9	Wartość energet. [kcal] 2242 Białko ogółem [g]: 100,19 Tłuszcz[g]: 70,32 w tym tłuszcze nasycone[g]: 40,56 Węglowodany ogółem[g]: 305,12 w tym cukry[g]: 29,5 Błonnik[g]:40,12 Sód [g]: 2,7	Wartość energet. [kcal]2253 Białko ogółem [g] 108,45 Tłuszcz[g] 67,03 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 244,59 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 1.23

PPUH NATALIA MADEJ CATERING
Opracowała dietetyk Patrycja Wójtowicz