

JADŁOSPIS- SZPITAL – MSWiA Poliklinika

1.09.2026-10.09.2026

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.

|                   |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                              |
|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 9                 | Wtorek, 1 września 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<br>Pasta twarogowa z półtłustego twarogu z koperkiem (*7) 80g<br>Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g<br>Rzodkiew biała 50g<br>Rukola 5g<br>Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml | Płatki jęczmienne na mleku 2%tł. (*1*7)350ml<br>Pasta twarogowa z półtłustego twarogu z koperkiem (*7) 80g<br>Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g<br>Pomidor 50g<br>Sałata 5g<br>Chleb pszenny (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml | Płatki jęczmienne na mleku 2%tł. (*1*7)350ml<br>Pasta twarogowa z półtłustego twarogu z koperkiem (*7) 80g<br>Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g<br>Pomidor 50g<br>Sałata 5g<br>Chleb pszenny (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml | Śliwki 100g<br>Pasta twarogowa z półtłustego twarogu z koperkiem (*7) 70g<br>Schab wieprzowy z kija 20g<br>Rzodkiew biała 50g<br>Rukola 5g<br>Chleb razowy (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                     | Płatki jęczmienne na mleku (*1*7) 300ml, mleko w proszku (*7) 25g, miód 20g, bułka pszenna (*1) 50g, banan 100g<br><br>Herbata z cukrem 250ml                                |
| Obiad             | Zupa z pomidorowa na wywarze mięsno-warzywnym z makaronem (*1*7*9) 400ml<br>Udko z kurczaka pieczone 150g<br>Ziemniaki 200g<br>Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzy i marchewki z olejem rzepakowym 150g<br>Kompot wieloowocowy 250ml                                   | Zupa pomidorowa na wywarze mięsno-warzywnym z makaronem (*1*7*9) 400ml<br>Udko z kurczaka gotowane 150g<br>Ziemniaki 200g<br>Bukiet warzyw gotowany 150g<br>Kompot wieloowocowy 250ml                                                                    | Zupa pomidorowa na wywarze mięsno-warzywnym z makaronem (*1*7*9) 400ml<br>Udko z kurczaka gotowane 150g<br>Ziemniaki 200g<br>Bukiet warzyw gotowany 150g<br>Kompot wieloowocowy 250ml                                                                    | Zupa z pomidorowa na wywarze mięsno-warzywnym z makaronem pełnoziarnistym (*1*7*9) 400ml<br>Udko z kurczaka pieczone 150g<br>Ziemniaki 200g<br>Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzy i marchewki z olejem rzepakowym 150g<br>Woda 500ml | Zupa pomidorowa (*7*9) 300ml, ziemniaki 200g, mięso drobiowe 100g , mleko w proszku (*7) 25g, jogurt (*7) 50g, bukiet warzyw gotowany 100g<br><br>Kompot owocowy 250ml       |
| Podwiecz          | Kefir naturalny (*7) 200g                                                                                                                                                                                                                                                  | Kefir naturalny (*7) 200g                                                                                                                                                                                                                                | Kefir naturalny (*7) 200g                                                                                                                                                                                                                                | Kefir naturalny (*7) 200g<br>Migdały (*8) 10g                                                                                                                                                                                             | Kefir naturalny (*7) 200g                                                                                                                                                    |
| K o l a c j a     | Leczo na ciepło z kurczakiem i ziołami prowansalskimi 200g<br>Pomidor 50g<br>Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                                                                                                            | Leczo na ciepło z kurczakiem i ziołami prowansalskimi 200g<br>Pomidor 50g<br>Chleb pszenny (*1)100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                                                                                                     | Leczo na ciepło z kurczakiem i ziołami prowansalskimi 200g<br>Pomidor 50g<br>Chleb pszenny (*1)100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c250ml                                                                                                      | Leczo na ciepło z kurczakiem i ziołami prowansalskimi 200g<br>Pomidor 50g<br>Chleb razowy (*1)100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                                                                                       | Mięso drobiowe 100g, jajko(*3) 50g, gotowane warzywa: seler(*9), marchew, pietruszka 150g, oliwa 10g, kasza manna (*1)50g, woda 100ml<br><br>Herbata b/c 250ml               |
| Nocny             | Bułka razowa 60g z mix roślinnym 5g, mozzarellą 15g , jajkiem 15g, sałatą2g i papryką 20g (*7*1*3)<br>Śliwki 100g                                                                                                                                                          | Bułka pszenna 60g z mix roślinnym 5g, mozzarellą 15g, jajkiem 15g, 15g ,sałatą 2g i pomidorem 20g (*1*7*3)<br>Banan 120g                                                                                                                                 | Bułka pszenna 60g z mix roślinnym 5g, mozzarellą 15g, jajkiem 15g ,sałatą 2g i pomidorem 20g (*1*7*3)<br>Banan 120g                                                                                                                                      | Bułka razowa 60g z mix roślinnym 5g, mozzarellą 15g , jajkiem 15g, sałatą2g i papryką 20g (*7*1*3)<br>Ogórek słupki 100g                                                                                                                  | Bułka pszenna 60g z mix roślinnym 5g, mozzarellą 15g, jajkiem 15g ,sałatą 2g i pomidorem 20g (*1*7*3)<br>Banan 120g                                                          |
| WARTOŚCI ODŻYWCZE | Wartość energet. [kcal] 2330<br>Białko ogółem [g]: 125,91<br>Tłuszcz[g]: 64,48<br>w tym tłuszcze nasycone[g]: 29,01<br>Węglowodany ogółem[g]: 320,64<br>Błonnik[g]: 32<br>Sód [g]: 2,4                                                                                     | Wartość energet. [kcal] 2294<br>Białko ogółem [g]: 127,16<br>Tłuszcz[g]: 60,73<br>w tym tłuszcze nasycone[g]: 28,78<br>Węglowodany ogółem[g]: 317,48<br>Błonnik[g]: 27,07<br>Sód [g]: 2,2                                                                | Wartość energet. [kcal] 2294<br>Białko ogółem [g]: 127,16<br>Tłuszcz[g]: 60,73<br>w tym tłuszcze nasycone[g]: 28,78<br>Węglowodany ogółem[g]: 317,48<br>Błonnik[g]: 27,07<br>Sód [g]: 2,2                                                                | Wartość energet. [kcal] 1993<br>Białko ogółem [g]:117,1<br>Tłuszcz[g]60<br>w tym tłuszcze nasycone[g]: 25,48<br>Węglowodany ogółem[g]: 257,64<br>Błonnik[g]:35,25<br>Sód [g]: 2,2                                                         | Wartość energet. [kcal]2281<br>Białko ogółem [g] 126,93<br>Tłuszcz[g] 47,75<br>w tym nasycone [g] 41,69<br>Węglowodany ogółem [g] 221.34<br>Błonnik[g] 20,67<br>Sód [g] 1,58 |

# JADŁOSPIS- SZPITAL – MSWiA Poliklinika

1.09.2026-10.09.2026

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.

| 10                | Środa, 2 września 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% <sup>1</sup> tl. (*7+1)250ml<br>Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 70g<br>Szynka drobiowa kurczak ze straganu (+1+3+7+9+10)20g<br>Pomidor 50g<br>Sałata 1 liść/5g<br>Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                 | Kawa Inka na mleku 2% <sup>1</sup> tl.(*7+1)250ml<br>Pasta jajeczna z koperkiem(*3) 70g<br>Szynka drobiowa kurczak ze straganu (+1+3+7+9+10)20g<br>Pomidor 50g<br>Sałata 1 liść /5g<br>Chleb pszenny (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml | Kawa Inka na mleku 2% <sup>1</sup> tl. (*7+1)250ml<br>Pasta z białek jaj z koperkiem (*3) 70g<br>Szynka drobiowa kurczak ze straganu (+1+3+7+9+10)20g<br>Pomidor 50g<br>Sałata 1 liść<br>Chleb pszenny (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml | Jabłko 150g<br>Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 70g<br>Szynka drobiowa kurczak ze straganu (+1+3+7+9+10)20g<br>Pomidor 50g<br>Sałata 1 liść<br>Chleb razowy (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                                                                         | Kasza manna na mleku (*7*1) 300ml, mleko w proszku (*7) 25g, miód 20g, bułka pszenna (*1) 50g, mus owocowy 100g<br><br>Herbata z cukrem 250ml                              |
| Obi               | Zupa brokułowa z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*1*3*7) 400ml<br>Gołąbki bez zawijania z ryżem i mięsem drobiowo-wieprzowym pieczone w sosie pomidorowym (*7*9) 130g/50ml<br>Ziemniaki 200g<br>Sałatka z ogórka kiszzonego i marchewki z olejem rzepakowym 150g<br>Kompot owocowy 250ml | Zupa brokułowa z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*1*3*7) 400ml<br>Gołąbki bez zawijania (bez kapusty) z ryżem i mięsem wieprzowo-drobiowym w sosie pomidorowym (*7*9) 130g/50ml<br>Ziemniaki 200g<br>Cukinia gotowana 150g<br>Kompot owocowy 250ml        | Zupa brokułowa z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*1*3*7) 400ml<br>Gołąbki bez zawijania (bez kapusty) z ryżem i mięsem wieprzowo-drobiowym w sosie pomidorowym (*7*9) 130g/50ml<br>Ziemniaki 200g<br>Cukinia gotowana 150g<br>Kompot owocowy 250ml          | Zupa brokułowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*1*3*7) 400ml<br>Gołąbki bez zawijania z ryżem brązowym i mięsem drobiowo-wieprzowym pieczone w sosie pomidorowym (*7*9) 130g/50ml<br>Ziemniaki 200g<br>Sałatka z ogórka kiszzonego i marchewki z olejem rzepakowym 150g<br>Woda 500ml | Zupa brokułowa (*1*7*9) 300ml, ziemniaki 200g, mięso drobiowo-wieprzowe 100g, cukinia gotowana 100g, mleko w proszku (*7) 25g, jogurt (*7) 50g<br><br>Kompot owocowy 250ml |
| Podwiek           | Jogurt naturalny 100g *7                                                                                                                                                                                                                                                                       | Jogurt owocowy 100g *7                                                                                                                                                                                                                                          | Jogurt owocowy 100g *7                                                                                                                                                                                                                                            | Jogurt naturalny *7/100g<br>Orzechy włoskie (*8) 10g                                                                                                                                                                                                                                             | Jogurt owocowy (*7) 100g                                                                                                                                                   |
| Kolacja           | Sałatka śledziowa z cebulką, ogórkiem i natką (*4*7) 100g<br>Schab z kija wieprzowy 20g<br>Papryka 50g<br>Chleb mieszany ziarnisty (*1)50g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                                                                                                    | Pasta rybna z łososiem i twarogiem chudym z koperkiem (*4*7) 70g<br>Schab z kija wieprzowy 20g<br>Chleb pszenny (*1)50g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Pomidor 50g<br>Herbata b/c 250ml                                                                         | Pasta rybna z łososiem i twarogiem chudym z koperkiem (*4*7) 70g<br>Schab z kija wieprzowy 20g<br>Chleb pszenny (*1)50g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Pomidor 50g<br>Herbata b/c 250ml                                                                           | Sałatka śledziowa z cebulką, ogórkiem i natką (*4*7) 100g<br>Schab z kija wieprzowy 20g<br>Papryka 50g<br>Chleb razowy (*1)50g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata bez cukru 250ml                                                                                                            | Mięso drobiowe 100g, jajko(*3)50g , gotowane warzywa: seler(*9), marchew, pietruszka 150g, oliwa 10g, kasza manna (*1) 50g, woda 100ml<br><br>Herbata b/c 250ml            |
| Nočný             | Kanapka tostowa razowa 60g z mix roślinnym 5g, połówką sopocką 15g, twarogiem półtłustym 15g, sałatą 2g i ogórkiem 20g (*7*1+6+9)<br>Morela 100g                                                                                                                                               | Kanapka tostowa pszenna 60g z mix roślinnym 5g, połówką sopocką 15g, twarogiem półtłustym 15g, sałatą 2g i pomidorem 20g (*1*7+6+9)<br>Morela 100g                                                                                                              | Kanapka tostowa pszenna 60g z mix roślinnym 5g, połówką sopocką 15g, twarogiem półtłustym 15g, sałatą 2g i pomidorem 20g (*1*7+6+9)<br>Morela 100g                                                                                                                | Kanapka tostowa razowa 60g z mix roślinnym 5g, połówką sopocką 15g, twarogiem półtłustym 15g, sałatą 2g i ogórkiem 20g (*7*1+6+9)<br>Pomidor 100g                                                                                                                                                | Kanapka tostowa pszenna 60g z mix roślinnym 5g, połówką sopocką 15g, twarogiem półtłustym 15g, sałatą 2g i pomidorem 20g (*1*7+6+9)<br>Morela 100g                         |
| WARTOŚCI ODŻYWCZE | Wartość energet. [kcal] 2139<br>Białko ogółem [g]: 103,7<br>Tłuszcz[g]: 71,04<br>w tym tłuszcze nasycone[g]: 28,3<br>Węglowodany ogółem[g]: 279,51<br>Błonnik[g]: 31,77<br>Sód [g]: 3,8                                                                                                        | Wartość energet. [kcal] 2045<br>Białko ogółem [g]: 108,58<br>Tłuszcz[g]:60,41<br>w tym tłuszcze nasycone[g]: 26,68<br>Węglowodany ogółem[g]: 273,08<br>Błonnik[g]:27,25<br>Sód [g]: 2,3                                                                         | Wartość energet. [kcal] 1997<br>Białko ogółem [g]: 107,14<br>Tłuszcz[g]:53,68<br>w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,58<br>Węglowodany ogółem[g]: 272,21<br>Błonnik[g]:27,08<br>Sód [g]: 2,4                                                                           | Wartość energet. [kcal] 1993<br>Białko ogółem [g]: 94,63<br>Tłuszcz[g]: 69,09<br>w tym tłuszcze nasycone[g]: 26,40<br>Węglowodany ogółem[g]: 258,96<br>Błonnik[g]:35,99<br>Sód [g]: 3,4                                                                                                          | Wartość energet. [kcal]2280<br>Białko ogółem [g] 134,5<br>Tłuszcz[g] 51,44<br>w tym nasycone [g] 43,30<br>Węglowodany ogółem [g] 336,4<br>Błonnik[g] 17,76<br>Sód [g] 1,68 |

# JADŁOSPIS- SZPITAL – MSWiA Poliklinika

1.09.2026-10.09.2026

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.

| 11         | Czwartek, 3 września 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<br>Paszтет zapiekany drobiowy (*1*3*6*9) 60g<br>Ser żółty(*7) 20g<br>Ogórek 50g<br>Rukola 5g<br>Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                            | Płatki owsiane na mleku 2%tł. (*7+1)350ml<br>Połędwica drobiowa z kurczaka(+6+7+10) 50g<br>Mozzarella *7/30g<br>Cukinia parowana 50g<br>Rukola 5g<br>Chleb pszenny (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                            | Płatki owsiane na mleku 2%tł. (*7+1)350ml<br>Połędwica drobiowa z kurczaka(+6+7+10) 50g<br>Mozzarella *7/30g<br>Cukinia parowana 50g<br>Rukola 5g<br>Chleb pszenny (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                            | Brzoskwinia 100g<br>Paszтет zapiekany drobiowy (*1*3*6*9) 60g<br>Połędwica drobiowa z kurczaka(+6+7+10) 30g<br>Papryka 50g<br>rukola5g<br>Chleb razowy (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                                         | Płatki owsiane na mleku (*7+1) 300ml, mleko w proszku (*7) 25g, miód 20g, bułka pszenna (*1) 50g, banan100g<br><br>Herbata b/c 250ml                                        |
| Obiad      | Zupa jarzynowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml<br>Gulasz z duszonej szynki wieprzowej w sosie własnym (*9) 150g (100g mięsa)<br>Kluski śląskie (*3) 160g/8szt.<br>Buraczki tarte z olejem rzepakowym 150g<br>Kompot owocowy 250ml | Zupa jarzynowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml<br>Gulasz z duszonej szynki wieprzowej w sosie własnym (*9) 150g (100g mięsa)<br>Kluski śląskie (*3) 160g/8szt.<br>Buraczki tarte z olejem rzepakowym 150g<br>Kompot owocowy 250ml | Zupa jarzynowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml<br>Gulasz z duszonej szynki wieprzowej w sosie własnym (*9) 150g (100g mięsa)<br>Kluski śląskie (*3) 160g/8szt.<br>Buraczki tarte z olejem rzepakowym 150g<br>Kompot owocowy 250ml | Zupa jarzynowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml<br>Gulasz z duszonej szynki wieprzowej w sosie własnym (*9) 150g (100g mięsa)<br>Kasza gryczana 200g<br>Surówka z białej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 150g<br>Woda 500ml | Zupa jarzynowa (*7,*9) 300ml, ziemniaki 200g, mięso wieprzowe 100g, mleko w proszku (*7) 25g, jogurt (*7) 50g, buraczki gotowane 100g<br><br>Kompot wieloowocowy 250ml      |
| Podwieczor | Drożdżówka 50g*1,3,7                                                                                                                                                                                                                                     | Drożdżówka 50g *1,3,7                                                                                                                                                                                                                                    | Drożdżówka 50g *1,3,7                                                                                                                                                                                                                                    | Brzoskwinia 100g<br>Pestki słonecznika 10g                                                                                                                                                                                                                | Jogurt owocowy 100ml *7                                                                                                                                                     |
| Kolacja    | Twarożek chudy z koperkiem *7/70g<br>Dżem niskosłodzony 25g<br>Pomidor 50g<br>Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                                                                                         | Twarożek chudy z koperkiem *7/70g<br>Dżem niskosłodzony 25g<br>Pomidor 50g<br>Chleb pszenny (*1)100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                                                                                                    | Twarożek chudy z koperkiem *7/70g<br>Dżem niskosłodzony 25g<br>Pomidor 50g<br>Chleb pszenny (*1)100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                                                                                                    | Twarożek chudy z koperkiem *7/70g<br>Szynka z indyka (+1+9+6) 20g<br>Pomidor 50g<br>Chleb razowy (*1)100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c250m                                                                                                  | Mięso drobiowe 100g, jajko(*3) 50g, gotowane warzywa: seler(*9), marchew, pietruszka 150g, oliwa 10g, kasza manna (*1) 50g, woda 100ml<br><br>Herbata b/c 250ml             |
| Noctny     | Kanapka tostowa razowa 60g z mix roślinnym 5g, połędwicą drobiową 15g, mozzarellą 15g sałatą 2g i ogórkiem kiszonym 20g (*1*7+9+10)<br>Brzoskwinia 100g                                                                                                  | Kanapka tostowa pszenna 60g z mix roślinnym 5g, połędwicą drobiową 15g, mozzarellą 15g sałatą 2g i pomidorem 20g (*1*7+9+10)<br>Mus owocowy 100%/100g                                                                                                    | Kanapka tostowa pszenna 60g z mix roślinnym 5g, połędwicą drobiową 15g, mozzarellą 15g sałatą 2g i pomidorem 20g (*1*7+9+10)<br>Mus owocowy 100%/100g                                                                                                    | Kanapka tostowa razowa 60g z mix roślinnym 5g, połędwicą drobiową 15g, mozzarellą 15g sałatą 2g i ogórkiem kiszonym 20g (*1*7+9+10)<br>Papryka słupki 100g                                                                                                | Kanapka tostowa pszenna 60g z mix roślinnym 5g, połędwicą drobiową 15g, mozzarellą 15g sałatą 2g i pomidorem 20g (*1*7+9+10)<br>Mus owocowy 100%/100g                       |
|            | Wartość energet. [kcal] 2474<br>Białko ogółem [g]: 112,47<br>Tłuszcz[g]: 78,89<br>w tym tłuszcze nasycone[g]: 29,27<br>Węglowodany ogółem[g]: 339,17<br>Błonnik[g]: 28,71<br>Sód [g]: 2,5                                                                | Wartość energet. [kcal] 2392<br>Białko ogółem [g]: 115,63<br>Tłuszcz[g]: 70,24<br>w tym tłuszcze nasycone[g]: 26,33<br>Węglowodany ogółem[g]: 334,26<br>Błonnik[g]:26,77<br>Sód [g]: 2,3                                                                 | Wartość energet. [kcal] 2392<br>Białko ogółem [g]: 115,63<br>Tłuszcz[g]: 70,24<br>w tym tłuszcze nasycone[g]: 26,33<br>Węglowodany ogółem[g]: 334,26<br>Błonnik[g]:26,77<br>Sód [g]: 2,3                                                                 | Wartość energet. [kcal] 2058<br>Białko ogółem [g]:112,12<br>Tłuszcz[g]:74,36<br>w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,61<br>Węglowodany ogółem[g]: 248,17<br>Błonnik[g]:36,45<br>Sód [g]: 24                                                                     | Wartość energet. [kcal]2276<br>Białko ogółem [g] 126,36<br>Tłuszcz[g] 50,57<br>w tym nasycone [g] 42,3<br>Węglowodany ogółem [g] 336,68<br>Błonnik[g] 18,63<br>Sód [g] 1,36 |

JADŁOSPIS- SZPITAL – MSWiA Poliklinika

1.09.2026-10.09.2026

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.

|                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                |
|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 12                | Piątek, 4 września 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<br>Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Jajko gotowane 1 szt./50g (*3)<br>Polędwica sopocka<br>wieprzowa(+6+7+9+10) 40g<br>Rzodkiew biała tarta 50g<br>Roszponka 5g<br>Herbata b/c 250ml                              | Kakao na mleku 2% (*7) 250ml<br>Chleb pszenny (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Jajko gotowane 1 szt./50g (*3)<br>Polędwica sopocka<br>wieprzowa(+6+7+9+10) 40g<br>Pomidor 50g<br>Sałata 1 liść/5g<br>Herbata b/c 250ml | Kakao na mleku 2% (*7) 250ml<br>Chleb pszenny (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Polędwica sopocka<br>wieprzowa(+6+7+9+10) 50g<br>Miód 15g<br>Pomidor 50g<br>Sałata 1 liść /5g<br>Herbata b/c 250ml                    | Jogurt naturalny *7/100ml<br>Chleb razowy (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Jajko gotowane 1szt./ 50g (*3)<br>Polędwica sopocka<br>wieprzowa(+6+7+9+10) 40g<br>Rzodkiew biała tarta 50g<br>Roszponka 5g<br>Herbata bez cukru 250ml                             | Płatki jaglane na mleku (*7) 300ml, mleko w proszku (*7) 25g, miód 20g, bułka pszenna (*1) 50g, mus owocowy 100%/100g<br><br>Herbata 250ml                                                     |
| Obiad             | Zupa ogórkowa na wywarze mięsno-warzywnym z ryżem (*7*9) 400ml<br>Filet z morszczuka panierowany i pieczony w sosie po grecku (*4*9) 100g/50ml<br>Ziemniaki 200g<br>Surówka z kapusty czerwonej i marchewki z natką pietruszki i olejem rzepakowym 150g<br>Kompot owocowy 250ml | Zupa marchwianka na wywarze mięsno-warzywnym z ryżem (*7*9) 400ml<br>Filet z morszczuka gotowany na parze w sosie po grecku (*4*9)100g/50ml<br>Ziemniaki 200g<br>Szpinak gotowany z przyprawami 150g<br>Kompot owocowy 250ml   | Zupa marchwianka na wywarze mięsno-warzywnym z ryżem (*7*9) 400ml<br>Filet z morszczuka gotowany na parze w sosie po grecku (*4*9)100g/50ml<br>Ziemniaki 200g<br>Szpinak gotowany z przyprawami 150g<br>Kompot owocowy 250ml | Zupa ogórkowa na wywarze mięsno-warzywnym z ryżem brązowym (*7*9)400ml<br>Filet z morszczuka gotowany na parze w sosie po grecku (*4*9)100g/50ml<br>Ziemniaki 200g<br>Surówka z kapusty czerwonej i marchewki z natką pietruszki olejem rzepakowym 150g<br>Woda 500ml | Zupa marchwianka (*7,*9) 300ml, ziemniaki 200g, ryba na parze morszczuk (*4) 100g, mleko w proszku (*7) 25g, jogurt naturalny (*7) 50g, szpinak gotowany 100g<br><br>Kompot wieloowocowy 250ml |
| Podwie            | Banan 120g                                                                                                                                                                                                                                                                      | Banan 120g                                                                                                                                                                                                                     | Banan 120g                                                                                                                                                                                                                   | Jabłko 150g<br>Migdały (*8) 10g                                                                                                                                                                                                                                       | Kefir naturalny (*7) 200g                                                                                                                                                                      |
| Kolacja           | Zapiekanka makaronowa z pomidorami, mozzarellą i kurczakiem z ziołami prowansalskimi (*1*9) 200g<br>Papryka 50g<br>Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                                                                           | Zapiekanka makaronowa z pomidorami, mozzarellą i kurczakiem z ziołami prowansalskimi (*1*9) 200g<br>Pomidor 50g<br>Chleb pszenny (*1)100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                                     | Zapiekanka makaronowa z pomidorami, mozzarellą i kurczakiem z ziołami prowansalskimi (*1*9) 200g<br>Pomidor 50g<br>Chleb pszenny (*1)100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c250ml                                    | Kasza gryczana na ciepło z pomidorami, mozzarellą i kurczakiem z ziołami prowansalskimi (*9) 200g<br>Papryka 50g<br>Chleb razowy (*1)100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                                                                            | Mięso wieprzowe 100g, jajko(*3) 50g, gotowane warzywa: seler(*9), marchew, pietruszka 150g, oliwa 10g, kasza manna (*1) 50g, woda 100ml<br><br>Herbata b/c 250ml                               |
| Noczy             | Bułka razowa 60g z mix roślinnym 5g, jajkiem 15g ,połędwica wieprzowa15g sałatą 2g i pomidorem 20g (*7*1*3+9+10)<br>Surówka z marchewki i rzodkwi z olejem rzepakowym 100g                                                                                                      | Bułka pszenna 60g z mix roślinnym 5g, jajkiem 15g, połędwica wieprzową 15g,salaatą 2g i pomidorem 20g (*1*7*3+9+10)<br>Galarетка owocowa 120g                                                                                  | Bułka pszenna 60g z mix roślinnym 5g, jajkiem 15g, połędwica wieprzową 15g,salaatą 2g i pomidorem 20g (*1*7*3+9+10)<br>Galarетка owocowa 120g                                                                                | Bułka razowa 60g z mix roślinnym 5g, jajkiem 15g ,połędwica wieprzowa15g sałatą 2g i pomidorem 20g (*7*1*3+9+10)<br>Surówka z marchewki i rzodkwi z olejem rzepakowym 100g                                                                                            | Bułka pszenna 60g z mix roślinnym 5g, jajkiem 15g, połędwica wieprzową 15g,salaatą 2g i pomidorem 20g (*1*7*3+9+10)<br>Mus owocowy 100g                                                        |
| WARTOŚCI ODŻYWCZE | Wartość energet. [kcal] 2276<br>Białko ogółem [g]: 111,31<br>Tłuszcz[g]: 58,24<br>w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,68<br>Węglowodany ogółem[g]: 338,79<br>Błonnik[g]:34,72<br>Sód [g]: 4,3                                                                                        | Wartość energet. [kcal] 2099<br>Białko ogółem [g]: 111,27<br>Tłuszcz[g]: 51,19<br>w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,86<br>Węglowodany ogółem[g]: 309,16<br>Błonnik[g]:31,67<br>Sód [g]: 3,0                                       | Wartość energet. [kcal] 2090<br>Białko ogółem [g]: 107,23<br>Tłuszcz[g]: 46,73<br>w tym tłuszcze nasycone[g]: 21,52<br>Węglowodany ogółem[g]: 320,88<br>Błonnik[g]:31,67<br>Sód [g]: 3,0                                     | Wartość energet. [kcal] 1990<br>Białko ogółem [g]:106,07<br>Tłuszcz[g]: 58,61<br>w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,93<br>Węglowodany ogółem[g]: 273,4<br>Błonnik[g]:40,14<br>Sód [g]: 3,6                                                                                | Wartość energet. [kcal]2227<br>Białko ogółem [g] 120,2<br>Tłuszcz[g] 50,7<br>w tym nasycone [g] 22,23<br>Węglowodany ogółem [g] 336.34<br>Błonnik[g] 22,45<br>Sód [g] 1,67                     |

JADŁOSPIS- SZPITAL – MSWiA Poliklinika

1.09.2026-10.09.2026

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.

|                   |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                               |
|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 13                | Sobota, 5 września 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<br>Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Szynka z kurczakiem (+6+7+9) 50g<br>Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g<br>Ogórek kiszony 50g<br>Kiełki rzodkiewki 5g<br>Herbata b/c 250ml  | Płatki owsiane na mleku 2% tł. (*7+1)350ml<br>Chleb pszenny (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Szynka z kurczakiem (+6+7+9) 50g<br>Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g<br>Cukinia parzona 50g<br>Sałata 1liść/5g<br>Herbata b/c 250ml | Płatki owsiane na mleku 2% tł. (*7+1)350ml<br>Chleb pszenny (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Szynka z kurczakiem (+6+7+9) 50g<br>Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g<br>Cukinia parzona 50g<br>Sałata 1 liść /5g<br>Herbata b/c 250ml | Gruszka 150g<br>Chleb razowy (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Szynka z kurczakiem (+6+7+9) 50g<br>Mozzarella *7/30g<br>Ogórek kiszony 50g<br>Kiełki rzodkiewki 5g<br>Herbata bez cukru 250ml                                             | Płatki owsiane na mleku (*7+1) 300ml , mleko w proszku (*7) 25g, miód 20g, bułka pszenna (*1) 50g, banan 100g<br><br>Herbata b/c 250ml                                        |
| Obiad             | Zupa z cukinii z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml<br>Gulasz drobiowy duszony z warzywami i natką (*7*9) (100g/50g) 150g<br>Kasza jęczmienna *1 200g<br>Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 150g<br>Kompot owocowy 250ml | Zupa z cukinii z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml<br>Gulasz drobiowy duszony z warzywami i natką (*7*9) (100g/50g) 150g<br>Kasza jęczmienna *1 200g<br>Marchewka gotowana 150g<br>Kompot owocowy 250ml               | Zupa z cukinii z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml<br>Gulasz drobiowy duszony z warzywami i natką (*7*9) (100g/50g) 150g<br>Kasza jęczmienna *1 200g<br>Marchewka gotowana 150g<br>Kompot owocowy 250ml                 | Zupa z cukinii z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml<br>Gulasz drobiowy duszony z warzywami i natką (*7*9) (100g/50g) 150g<br>Kasza jęczmienna *1 200g<br>Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 150g<br>Woda 500ml | Zupa z cukinii(*7,*9) 300ml , ziemniak 200g, mięso drobiowe 100g, mleko w proszku (*7) 25g, jogurt naturalny (*7) 50g<br>marchewka gotowana 100g<br>Kompot wieloowocowy 250ml |
| Podw              | Jogurt owocowy (*7) 100g                                                                                                                                                                                                                                   | Jogurt owocowy (*7) 100g                                                                                                                                                                                                                   | Jogurt owocowy (*7) 100g                                                                                                                                                                                                                     | Jogurt naturalny (*7) 100g<br>Pestki dyni (+8) 10g                                                                                                                                                                                               | Jogurt owocowy (*7) 100g                                                                                                                                                      |
| Kolacja           | Pasta rybno- twarogowa z łososiem i koperkiem z chudego twarogu(*4*7) 70g<br>Szynka rubinowa wieprzowa (+1+6+7+9+10) 20g<br>Pomidor 50g<br>Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                             | Pasta rybno- twarogowa z łososiem i koperkiem z chudego twarogu (*4*7) 70g<br>Szynka rubinowa wieprzowa (+1+6+7+9+10) 20g<br>Pomidor 50g<br>Chleb pszenny (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                       | Pasta rybno- twarogowa z łososiem i koperkiem z chudego twarogu(*4*7) 70g<br>Szynka rubinowa wieprzowa (+1+6+7+9+10) 20g<br>Pomidor 50g<br>Chleb pszenny (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                          | Pasta rybno- twarogowa z łososiem i koperkiem z chudego twarogu (*4*7) 70g<br>Szynka rubinowa wieprzowa (+1+6+7+9+10) 20g<br>Pomidor 50g<br>Chleb razowy (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                              | Mięso wieprzowe 100g, jajko(*3) 50g, gotowane warzywa: seler(*9), marchew, pietruszka 150g, oliwa 10g, kasza manna (*1) 50g, woda 100ml<br><br>Herbata 250ml                  |
| Nocny             | Kanapka tostowa razowa 60g z mix roślinnym 5g, poledwicą wieprzową 15g, mozzarellą 15g,sałatą 2gi papryką 20g (*1*6+9+10) Arbuz 150g                                                                                                                       | Kanapka tostowa pszenna 60g z mix roślinnym 5g, poledwicą wieprzową 15g, mozzarellą 15g sałatą 2g i pomidorem 20g (*1*6+9+10) Arbuz 150g                                                                                                   | Kanapka tostowa pszenna 60g z mix roślinnym 5g, poledwicą wieprzową 15g, mozzarellą 15g sałatą 2g i pomidorem 20g (*1*6+9+10) Arbuz 150g                                                                                                     | Kanapka tostowa razowa 60g z mix roślinnym 5g, poledwicą wieprzową 15g, mozzarellą 15g,sałatą 2gi papryką 20g (*1*6+9+10) Ogórek słupek 100g                                                                                                     | Kanapka tostowa pszenna 60g z mix roślinnym 5g, poledwicą wieprzową 15g, mozzarellą 15g sałatą 2g i pomidorem 20g (*1*6+9+10) Arbuz 150g                                      |
| WARTOŚCI ODŻYWCZE | Wartość energet. [kcal] 2120<br>Białko ogółem [g]: 107,05<br>Tłuszcz[g]: 58,36<br>w tym tłuszcze nasycone[g]: 23,85<br>Węglowodany ogółem[g]: 303,52<br>Błonnik[g]: 28,25<br>Sód [g]: 2,6                                                                  | Wartość energet. [kcal] 2064<br>Białko ogółem [g]: 107,78<br>Tłuszcz[g]: 54,29<br>w tym tłuszcze nasycone[g]: 23,54<br>Węglowodany ogółem[g]: 297,92<br>Błonnik[g]:27,15<br>Sód [g]: 2,4                                                   | Wartość energet. [kcal] 2064<br>Białko ogółem [g]: 107,78<br>Tłuszcz[g]: 54,29<br>w tym tłuszcze nasycone[g]: 23,54<br>Węglowodany ogółem[g]: 297,92<br>Błonnik[g]:27,15<br>Sód [g]: 2,4                                                     | Wartość energet. [kcal] 1909<br>Białko ogółem [g]: 100,69<br>Tłuszcz[g]: 58,35<br>w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,44<br>Węglowodany ogółem[g]: 257,68<br>Błonnik[g]: 31,74<br>Sód[g]: 2,4                                                         | Wartość energet. [kcal]2202<br>Białko ogółem [g] 116,2<br>Tłuszcz[g] 49,2<br>w tym nasycone [g] 41,<br>Węglowodany ogółem [g] 338,33<br>Błonnik[g] 19,238<br>Sód [g]1,4       |

JADŁOSPIS- SZPITAL – MSWiA Poliklinika

1.09.2026-10.09.2026

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.

| Niedziela, 6 września 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%tł. (*7+1) 250ml<br>Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Jajecznicza na parze (*3) 100g<br>Szynka kurczak ze straganu (+1+7+3+9+10) 20g<br>Papryka 50g<br>Kiełki rzodkiewki 5g<br>Herbata b/c 250ml | Kawa Inka na mleku 2%tł. (*7+1) 250ml<br>Chleb pszenny (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Jajecznicza na parze (*3) 100g<br>Szynka kurczak ze straganu (+1+7+3+9+10) 20g<br>Pomidor 50g<br>Liść sałaty 5g<br>Herbata b/c 250ml | Kawa Inka na mleku 2%tł. (*7+1) 250ml<br>Chleb pszenny (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Jajecznicza z białek na parze (*3) 100g<br>Szynka kurczak ze straganu (+1+7+3+9+10) 20g<br>Pomidor 50g<br>Liść sałaty 5g<br>Herbata b/c 250ml | Morela 100g<br>Chleb razowy (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Jajecznicza na parze (*3) 100g<br>Szynka kurczak ze straganu (+1+7+3+9+10) 20g<br>Papryka 50g<br>Kiełki rzodkiewki 5g<br>Herbata bez cukru 250ml             | Płatki jęczmienne na mleku (*7*1) 300ml<br>mleko w proszku (*7) 25g, miód 20g, bułka pszenna (*1) 50g, banan 100g<br><br>Herbata 250ml                                               |  |
| Obiad                             | Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem(*1*3*9) 400ml<br>Kotlet schabowy panierowany i pieczony (*1*3) 100g<br>Ziemniaki 200g<br>Surówka z białej kapusty i kukurydzy z olejem rzepakowym 150g<br>Kompot owocowy 250ml                        | Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem(*1*3*9) 400ml<br>Schab pieczony w sosie pieczeniowym (*9) 100g/50ml<br>Ziemniaki 200g<br>Bukiet warzyw gotowany 150g<br>Kompot owocowy 250ml                                         | Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem(*1*3*9) 400ml<br>Schab pieczony w sosie pieczeniowym (*9) 100g/50ml<br>Ziemniaki 200g<br>Bukiet warzyw gotowany 150g<br>Kompot owocowy 250ml                                                  | Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem pełnoziarnistym(*1*3*9) 400ml<br>Schab pieczony w sosie pieczeniowym bez mąki (*9) 100g/50ml<br>Ziemniaki 200g<br>Surówka z białej kapusty z olejem rzepakowym 150g<br>Woda 500ml | Rosół (*9) 300ml, ziemniaki 200g, mięso wieprzowe 100g , mleko w proszku (*7) 25g, jogurt naturalny (*7) 50g, bukiet warzyw gotowany 100g<br><br>Kompot owocowy 250ml                |  |
| Podwie                            | Morela 100g                                                                                                                                                                                                                                           | Morela 100g                                                                                                                                                                                                                          | Morela 100g                                                                                                                                                                                                                                   | Salatka ze świeżych warzyw z fetą i olejem rzepakowym (*7) 150g                                                                                                                                                                   | Jogurt naturalny *7/100g                                                                                                                                                             |  |
| Kolacja                           | Południca wiśniowa wieprzowa (*6+9+10+11) 40g<br>Twarożek chudy z koperkiem (*7) 50g<br>Ogórek kiszony 50g<br>Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                                                     | Południca wiśniowa wieprzowa (*6+9+10+11) 40g<br>Twarożek chudy z koperkiem (*7) 50g<br>Cukinia parzona 50g<br>Chleb pszenny (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                                              | Południca wiśniowa wieprzowa (*6+9+10+11) 40g<br>Twarożek chudy z koperkiem (*7) 50g<br>Cukinia parzona 50g<br>Chleb pszenny (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                                                       | Południca wiśniowa wieprzowa (*6+9+10+11) 40g<br>Twarożek chudy z koperkiem (*7) 50g<br>Ogórek kiszony 50g<br>Chleb razowy (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                                             | Mięso drobiowe 100g, jajko(*3) 50g, gotowane warzywa: seler(*9), marchew, pietruszka 150g, oliwa 10g, kasza manna (*1) 50g, woda 100ml<br><br>Herbata b/c 250ml                      |  |
| Nocny                             | Kanapka tostowa razowa 60g z mix roślinnym 5g, poledwicą wieprzową 15g, serem żółtym 15g sałatą 2g i ogórkiem 20g (*1*7+9+10)<br>Mus owocowy 100%/100g                                                                                                | Kanapka tostowa pszenna 60g z mix roślinnym 5g, poledwicą wieprzową 15g, twarożkiem 15g sałatą 2g i pomidorem20g (*1*7+9+10)<br>Mus owocowy 100%/100g                                                                                | Kanapka tostowa pszenna 60g z mix roślinnym 5g, poledwicą wieprzową 15g, twarożkiem 15g sałatą 2g i pomidorem20g (*1*7+9+10)<br>Mus owocowy 100%.100g                                                                                         | Kanapka tostowa razowa 60g z mix roślinnym 5g, poledwicą wieprzową 15g, serem żółtym 15g sałatą 2g i ogórkiem 20g (*1*7+9+10)<br>Rzodkiew biała talarki 100g                                                                      | Kanapka tostowa pszenna 60g z mix roślinnym 5g, poledwicą wieprzową 15g, twarożkiem 15g sałatą 2g i pomidorem20g (*1*7+9+10)<br>Mus owocowy 100%.100g                                |  |
| WARTOŚCI ENERGETYCZNE I SKŁADNIKI | Wartość energet. [kcal] 1996<br>Białko ogółem [g]: 114,3<br>Tłuszcz[g]: 57,35<br>OŚ w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,72<br>CI Węglowodany ogółem[g]: 266,42<br>O Błonnik[g]: 30,91<br>DZ Sód[g]: 2,4                                                    | Wartość energet. [kcal] 2033<br>Białko ogółem [g]: 113,31<br>Tłuszcz[g]: 59,42<br>w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,37<br>CI Węglowodany ogółem[g]: 268,51<br>O Błonnik[g]: 24,39<br>DZ Sód [g]: 2,3                                    | Wartość energet. [kcal] 1939<br>Białko ogółem [g]: 115,07<br>Tłuszcz[g]: 52,63<br>w tym tłuszcze nasycone[g]:23,18<br>CI Węglowodany ogółem[g]: 258,76<br>O Błonnik[g]: 24,82<br>DZ Sód [g]: 2,2                                              | Wartość energet. [kcal] 1936<br>Białko ogółem [g]: 110,70<br>Tłuszcz[g]: 67,77<br>w tym tłuszcze nasycone[g]: 26<br>CI Węglowodany ogółem[g]: 232,52<br>O Błonnik[g]: 35,66<br>DZ Sód [g]:2,4                                     | Wartość energet. [kcal]2281<br>Białko ogółem [g] 126,93<br>Tłuszcz[g] 47,75<br>w tym nasycone [g] 41,69<br>CI Węglowodany ogółem [g] 221.34<br>O Błonnik[g] 20,67<br>DZ Sód [g] 1,58 |  |

JADŁOSPIS- SZPITAL – MSWiA Poliklinika

1.09.2026-10.09.2026

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.

|                   |                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                     |
|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 15                | Poniedziałek, 7 września 2026                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                     |
|                   | Dieta podstawowa(D01)                                                                                                                                                                                                                      | Dieta łatwostrawna (D02)                                                                                                                                                                                                                  | Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(D05)                                                                                                                                                                                          | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(D03)                                                                                                                                                                                                                                                        | Dieta papkowata(D11)                                                                                                                                                                |
| Śniadanie         | Kakao na mleku 2% tł.(*7)250ml<br>Polędwica sopocka wieprzowa +6+7+9+10 40g<br>Mozzarella *7/ 40g<br>Pomidor 50g<br>Roszponka 5g<br>Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                    | Kakao na mleku 2% tł.(*7)250ml<br>Polędwica sopocka wieprzowa +6+7+9+10 40g<br>Mozzarella *7/40g<br>Pomidor 50g<br>Roszponka 5g<br>Chleb pszenny (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                               | Kakao na mleku 2% tł.(*7)250ml<br>Polędwica sopocka wieprzowa +6+7+9+10 40g<br>Mozzarella *7/40g<br>Pomidor 50g<br>Roszponka 5g<br>Chleb pszenny (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                               | Śliwki 100g<br>Polędwica sopocka wieprzowa +6+7+9+10 40g<br>Mozzarella *7/40g<br>Pomidor 50g<br>Roszponka 5g<br>Chleb razowy (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                                                                                                                             | Płatki jaglane na mleku 350ml (*7+1) 300ml,<br>mleko w proszku (*7) 25g,<br>miód 20g, bułka pszenna *1/ 50g, mus owocowy 100%/100g<br><br>Herbata 250ml                             |
| Obiad             | Zupa fasolowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml<br>Spaghetti po bolońsku z sosem pomidorowym z mięsem wieprzowo-drobiowym 350g(*1*9) (200g makaronu/150g sos w tym 100g mięsa)<br>Morela 100g<br>Kompot owocowy 250ml | Zupa wiejska na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml<br>Spaghetti po bolońsku z sosem pomidorowym z mięsem wieprzowo-drobiowym 350g(*1*9) (200g makaronu/150g sos w tym 100g mięsa)<br>Morela 100g<br>Kompot owocowy 250ml | Zupa wiejska na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml<br>Spaghetti po bolońsku z sosem pomidorowym z mięsem wieprzowo-drobiowym 350g(*1*9) (200g makaronu/150g sos w tym 100g mięsa)<br>Morela 100g<br>Kompot owocowy 250ml | Zupa fasolowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml<br>Spaghetti po bolońsku z sosem pomidorowym z mięsem wieprzowo-drobiowym z makaronem razowym 350g(*1*9) (200g makaronu/150g sos w tym 100g mięsa)<br>Surówka z czerwonej kapusty i marchwi z koperkiem i olejem rzepakowym 150g<br>Woda 500ml | Zupa wiejska (*7*9) 300ml, ziemniaki 200g, mięso wieprzowo-drobiowe 100g , mleko w proszku (*7) 25g, jogurt naturalny (*7) 50g, marchewka gotowana 100g<br><br>Kompot owocowy 250ml |
| Podwieczorek      | Serek wiejski (*7) 150g                                                                                                                                                                                                                    | Serek wiejski (*7) 150g                                                                                                                                                                                                                   | Serek wiejski (*7) 150g                                                                                                                                                                                                                   | Serek wiejski (*7) 150g<br>Pestki dyni (*8)10g                                                                                                                                                                                                                                                                      | Serek wiejski (*7) 150g                                                                                                                                                             |
| Kolacja           | Szynka z kurczakiem (+6+7+10) 50g<br>Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g<br>Rzodkiew biała 50g<br>Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                                                       | Szynka z kurczakiem (+6+7+10) 50g<br>Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g<br>Cukinia parzona 50g<br>Chleb pszenny (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                                                                | Szynka z kurczakiem (+6+7+10) 50g<br>Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g<br>Cukinia parzona 50g<br>Chleb pszenny (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                                                                | Szynka z kurczakiem (+6+7+10) 40g<br>Jajko gotowane (*3) 1szt.50g<br>Rzodkiew biała 50g<br>Chleb razowy (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata bez cukru 250ml                                                                                                                                            | Mięso wieprzowe 100g, jajko(*3) 50g, gotowane warzywa: seler(*9), marchew, pietruszka 150g , oliwa 10g, kasza manna (*1) 50g, woda 100ml<br><br>Herbata b/c 250ml                   |
| Wieczór           | Kanapka tostowa razowa 60g z mix roślinnym 5g, szynką wieprzową 15g, twarożkiem 15g,salata 2g i papryką 20g (*7*1+9+10)<br>Banan 120g                                                                                                      | Kanapka tostowa pszenna 60g, z mix roślinnym 5g, szynką wieprzową 15g, twarożkiem 15g salata 2g i pomidorem 20g (*1*7+9+10)<br>Banan 120g                                                                                                 | Kanapka tostowa pszenna 60g, z mix roślinnym 5g, szynką wieprzową 15g, twarożkiem 15g salata 2g i pomidorem 20g (*1*7+9+10)<br>Banan 120g                                                                                                 | Kanapka tostowa razowa 60g z mix roślinnym 5g, szynką wieprzową 15g, twarożkiem 15g,salata 2g i papryką 20g (*7*1+9+10)<br>Pomidor 100g                                                                                                                                                                             | Kanapka tostowa pszenna 60g, z mix roślinnym 5g, szynką wieprzową 15g, jajkiem 15g salata 2g i pomidorem 20g (*1*7*3+9+10)<br>Banan 120g                                            |
| Wartości odżywcze | Wartość energet. [kcal] 2288<br>Białko ogółem [g]: 118,28<br>Tłuszcz[g]: 60,55<br>w tym tłuszcze nasycone[g]: 39,05<br>Węglowodany ogółem[g]: 322,04<br>Błonnik[g]: 25,83<br>Sód[g]: 2,1                                                   | Wartość energet. [kcal]2226<br>Białko ogółem [g] 114,03<br>Tłuszcz[g] 62,10<br>w tym nasycone [g] 40,34<br>Węglowodany ogółem [g] 307,19<br>Błonnik[g] 21,5<br>Sód [g] 1,9                                                                | Wartość energet. [kcal]2226<br>Białko ogółem [g] 114,03<br>Tłuszcz[g] 62,10<br>w tym nasycone [g] 40,34<br>Węglowodany ogółem [g] 307,19<br>Błonnik[g] 21,5<br>Sód [g] 1,9                                                                | Wartość energet. [kcal] 2233<br>Białko ogółem [g]: 120,85<br>Tłuszcz[g]:70,6<br>w tym tłuszcze nasycone[g]: 38,71<br>Węglowodany ogółem[g]: 286,2<br>Błonnik[g]:43,12<br>Sód [g]: 2,0                                                                                                                               | Wartość energet. [kcal]2162<br>Białko ogółem [g]120,18<br>Tłuszcz[g] 45,97<br>w tym nasycone [g] 19,23<br>Węglowodany ogółem [g] 321<br>Błonnik[g] 16,64<br>Sód [g] 1,27            |

# JADŁOSPIS- SZPITAL – MSWiA Poliklinika

1.09.2026-10.09.2026

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.

| 16                | Wtorek, 8 września 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<br>Ser żółty (*7) 50g<br>Schab z kija wieprzowy 20g<br>Ogórek 50g<br>Rukola 5g<br>Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                                               | Płatki owsiane na mleku 2%tł. (*7+1) 350ml<br>Pasta twarogowa z zieleciną z chudego twarogu (*7)70g<br>Schab z kija wieprzowy 20g<br>Cukinia parzona 50g<br>Rukola 5g<br>Chleb pszenny (*1)100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml | Płatki owsiane na mleku 2%tł. (*7+1) 350ml<br>Pasta twarogowa z zieleciną z chudego twarogu (*7)70g<br>Schab z kija wieprzowy 20g<br>Cukinia parzona 50g<br>Rukola 5g<br>Chleb pszenny (*1)100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml | Ser żółty (*7) 20g<br>Pasta twarogowa z zieleciną z chudego twarogu (*7)70g<br>Schab z kija wieprzowy 20g<br>Ogórek 50g<br>Rukola 5g<br>Chleb razowy (*1)100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                                    | Płatki owsiane na mleku (*7+1) 300ml, mleko w proszku (*7) 25g, miód 20g, bułka pszenna 50g (*1) banan 100g<br><br>Herbata b/c 250ml                                        |
| Obiad             | Zupa szpinakowa z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml<br>Fasolka po bretońsku z duszonym mięsem wieprzowym w pomidorach 150g<br>Ziemniaki 200g<br>Surówka z kapusty pekińskiej i jabłka z olejem rzepakowym 150g<br>Kompot wieloowocowy 250ml | Zupa szpinakowa z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml<br>Gulasz z duszonym mięsem wieprzowym w pomidorach (*9) 150g<br>Ziemniaki 200g<br>Marchewka gotowana 150g<br>Kompot wieloowocowy 250ml                                    | Zupa szpinakowa z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml<br>Gulasz z duszonym mięsem wieprzowym w pomidorach (*9) 150g<br>Ziemniaki 200g<br>Marchewka gotowana 150g<br>Kompot wieloowocowy 250ml                                    | Zupa szpinakowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml<br>Fasolka po bretońsku z duszonym mięsem wieprzowym w pomidorach 150g<br>Ziemniaki 200g<br>Surówka z kapusty pekińskiej i jabłka z olejem rzepakowym 150g<br>Woda 500ml | Zupa szpinakowa (*7*9) 300ml, ziemniaki 200g, mięso wieprzowe 100g, mleko w proszku (*7) 25g, jogurt naturalny (*7) 50g<br>marchewka gotowana 100g<br>Kompot owocowy 250ml  |
| Podwieczerek      | Serek homogenizowany owocowy (*7)150g                                                                                                                                                                                                                         | Serek homogenizowany owocowy (*7)150g                                                                                                                                                                                                            | Serek homogenizowany owocowy (*7)150g                                                                                                                                                                                                            | Jogurt naturalny (*7) 100g<br>Morela 100g                                                                                                                                                                                                         | Serek homogenizowany owocowy (*7)150g                                                                                                                                       |
| Kolacja           | Risotto z kurczakiem i warzywami (*9) 200g<br>Pomidor 50g<br>Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                                                                                                               | Risotto z kurczakiem i warzywami (*9) 200g<br>Pomidor 50g<br>Chleb pszenny (*1)100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                                                                                                             | Risotto z kurczakiem i warzywami (*9) 200g<br>Pomidor 50g<br>Chleb pszenny (*1)100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c250ml                                                                                                              | Risotto z ryżu brązowego z kurczakiem i warzywami (*9) 200g<br>Pomidor 50g<br>Chleb razowy (*1)100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                                                                                              | Mięso drobiowe 100g, jajko(*3) 50g, gotowane warzywa: seler(*9), marchew, pietruszka 150g, oliwa 10g, kasza manna (*1) 50g, woda 100ml<br><br>Herbata b/c 250ml             |
| Wieczór           | Bułka razowa 60g z mix roślinnym 5g, polędwicą sopocką 15g, mozzarellą 15g, sałatą 2g i ogórkiem kiszonym 20g (*7*1+9+10)<br>Arbuz 150g                                                                                                                       | Bułka pszenna 60g z mix roślinnym 5g, polędwicą sopocką 15g, mozzarellą 15g, sałatą 2g i pomidorem 20g (*1*7*9+10)<br>Arbuz 150g                                                                                                                 | Bułka pszenna 60g z mix roślinnym 5g, polędwicą sopocką 15g, mozzarellą 15g, sałatą 2g i pomidorem 20g (*1*7*9+10)<br>Arbuz 150g                                                                                                                 | Bułka razowa 60g z mix roślinnym 5g, polędwicą sopocką 15g, mozzarellą 15g, sałatą 2g i ogórkiem kiszonym 20g (*7*1+9+10)<br>Papryka słupki 100g                                                                                                  | Bułka pszenna 60g z mix roślinnym 5g, polędwicą sopocką 15g, mozzarellą 15g, sałatą 2g i pomidorem 20g (*1*7*9+10)<br>Arbuz 150g                                            |
| WARTOŚCI ODŻYWCZE | Wartość energet. [kcal] 2514<br>Białko ogółem [g]: 120,4<br>Tłuszcz[g]: 71,28<br>w tym tłuszcze nasycone[g]: 34,78<br>Węglowodany ogółem[g]: 358,2<br>Błonnik[g]: 36,9<br>Sód [g]: 2,3                                                                        | Wartość energet. [kcal] 2290<br>Białko ogółem [g]: 120,08<br>Tłuszcz[g]: 57,79<br>w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,48<br>Węglowodany ogółem[g]: 335,59<br>Błonnik[g]:32,84<br>Sód [g]: 2,2                                                         | Wartość energet. [kcal] 2290<br>Białko ogółem [g]: 120,08<br>Tłuszcz[g]: 57,79<br>w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,48<br>Węglowodany ogółem[g]: 335,59<br>Błonnik[g]:32,84<br>Sód [g]: 2,2                                                         | Wartość energet. [kcal] 2129<br>Białko ogółem [g]: 105,62<br>Tłuszcz[g]: 58,83<br>w tym tłuszcze nasycone[g]: 34,61<br>Węglowodany ogółem[g]: 308,81<br>Błonnik[g]:44,67<br>Sód [g]: 2,3                                                          | Wartość energet. [kcal]2218<br>Białko ogółem [g] 120,17<br>Tłuszcz[g] 43,32<br>w tym nasycone [g] 39,43<br>Węglowodany ogółem [g] 342,3<br>Błonnik[g] 18,48<br>Sód [g] 1,24 |

# JADŁOSPIS- SZPITAL – MSWiA Poliklinika

1.09.2026-10.09.2026

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.

| 17           | Środa, 9 września 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+1) 250ml<br>Chleb mieszany, ziarnisty (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 70g<br>Szynka drobiowa kurczak ze straganu (+1+3+7+10) 20g<br>Rzodkiew biała tarta 50g<br>Kielki rzodkiewki 5g<br>Herbata b/c 250ml | Kawa Inka na mleku 2% (*7+1) 250ml<br>Chleb pszenny (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Pasta jajeczna z koperkiem(*3) 70g<br>Szynka drobiowa kurczak ze straganu (+1+3+7+10) 20g<br>Pomidor 50g<br>Sałata 1 liść/ 5g<br>Herbata b/c 250ml                | Kawa Inka na mleku 2% (*7+1) 250ml<br>Chleb pszenny (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Szynka drobiowa kurczak ze straganu (+1+3+7+10) 20g<br>Pasta z białek jaj z koperkiem (*3) 70g<br>Pomidor 50g<br>Sałata 1 liść/ 5g<br>Herbata b/c 250ml          | Brzoskwinia 100g<br>Chleb razowy (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 70g<br>Szynka drobiowa kurczak ze straganu (+1+3+7+10) 20g<br>Rzodkiew biała tarta 50g<br>Kielki rzodkiewki 5g<br>Herbata bez cukru 250ml        | Płatki jęczmienne na mleku (*7*1) 300ml,<br>mleko w proszku (*7) 25g, miód 20g, bułka pszenna (*1) 50g, banan 100g<br><br>Herbata b/c 250ml                                               |
| Obiad        | Barszcz czerwony z ziemniakami i fasolą na wywarze mięsno-warzywnym (*9*7) 400ml<br>Klops drobiowo-wieprzowy pieczony w sosie kalafiorowo-koperkowym (*9) 100g/50ml<br>Kasza gryczana 200g<br>Mizéria z ogórków z jogurtem naturalnym (*7) 150g<br>Kompot wieloowocowy 250ml    | Barszcz czerwony z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*9*7) 400ml<br>Klops drobiowo-wieprzowy pieczony w sosie kalafiorowo-koperkowym (*9) 100g/50ml<br>Kasza jęczmienna *1 200g<br>Sałata z jogurtem naturalnym (*7) 150g<br>Kompot wieloowocowy 250 ml | Barszcz czerwony z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*9*7) 400ml<br>Klops drobiowo-wieprzowy pieczony w sosie kalafiorowo-koperkowym (*9) 100g/50ml<br>Kasza jęczmienna *1 200g<br>Sałata z jogurtem naturalnym (*7) 150g<br>Kompot wieloowocowy 250ml | Barszcz czerwony z ziemniakami i fasolą na wywarze mięsno-warzywnym (*9*7) 400ml<br>Klops drobiowo-wieprzowy pieczony w sosie kalafiorowo-koperkowym (*9) 100g/50ml<br>Kasza gryczana 200g<br>Mizéria z ogórków z jogurtem naturalnym (*7) 150g<br>Woda 500ml | Barszcz czerwony (*7,*9) 300ml,<br>ziemniaki 200g, mięso drobiowo-wieprzowe 100g, mleko w proszku (*7), jogurt naturalny (*7) 50g, brokuły gotowane 100g<br><br>Kompot wieloowocowy 250ml |
| Podwieczorek | Galaretka owocowa z owocami bez cukru 123g                                                                                                                                                                                                                                      | Galaretka owocowa z owocami bez cukru 123g                                                                                                                                                                                                                     | Galaretka owocowa z owocami bez cukru 123g                                                                                                                                                                                                                    | Salatka ze świeżych warzyw z olejem rzepakowym i pestkami dyni (+8) 120g                                                                                                                                                                                      | Kefir naturalny (*7) 200ml                                                                                                                                                                |
| Kolacja      | Pasta z łososia i twarogu półtłustego z koperkiem (*4*7) 70g<br>Polędwica sopocka wieprzowa (+6+7+9+10)20g<br>Papryka 50g<br>Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                                                                 | Pasta z łososia i twarogu półtłustego z koperkiem (*4*7) 70g<br>Polędwica sopocka wieprzowa (+6+7+9+10)20g<br>Cukinia parzona 50g<br>Chleb pszenny (*1)100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                                                   | Pasta z łososia i twarogu półtłustego z koperkiem (*4*7) 70g<br>Polędwica sopocka wieprzowa (+6+7+9+10)20g<br>Cukinia parzona 50g<br>Chleb pszenny (*1)100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                                                  | Pasta z łososia i twarogu półtłustego z koperkiem (*4*7) 70g<br>Polędwica sopocka wieprzowa (+6+7+9+10)20g<br>Papryka 50g<br>Chleb razowy (*1)100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                                                           | Mięso wieprzowe 100g, jajko(*3) 50g, gotowane warzywa: seler(*9), marchew, pietruszka 150g, oliwa 10g, kasza manna (*1) 50g, woda 100ml<br><br>Herbata b/c 250ml                          |
| Nocny        | Kanapka tostowa razowa 60g z szynką drobiową 15g, jajkiem 15g, sałatą 2g, pomidorem 20g i masłem roślinnym 5g (*1*7*3+6+9+10)<br>Morela 100g                                                                                                                                    | Kanapka tostowa pszenna 60g z szynką drobiową 15g, jajkiem 15g, sałatą 2g, pomidorem 20g i masłem roślinnym 5g(*1*7*3+6+9+10)<br>Morela 100g                                                                                                                   | Kanapka tostowa pszenna 60g z szynką drobiową 15g, jajkiem 15g, sałatą 2g, pomidorem 20g i masłem roślinnym 5g(*1*7*3+6+9+10)<br>Morela 100g                                                                                                                  | Kanapka tostowa razowa 60g z szynką drobiową 15g, jajkiem 15g, sałatą 2g, pomidorem 20g i masłem roślinnym 5g (*1*7*3+6+9+10)<br>Ogórek świeży słupki 100g                                                                                                    | Kanapka tostowa pszenna 60g z szynką drobiową 15g, jajkiem 15g, sałatą 2g, pomidorem 20g i masłem roślinnym 5g(*1*7*3+6+9+10)<br>Mus owocowy 100g                                         |
|              | Wartość energet. [kcal] 2193<br>Białko ogółem [g]: 109,76<br>Tłuszcz[g]: 61,38<br>w tym tłuszcze nasycone[g]: 26,97<br>Węglowodany ogółem[g]: 309,17<br>Błonnik[g]: 31,61<br>Sód [g]: 2,,4                                                                                      | Wartość energet. [kcal] 2128<br>Białko ogółem [g]: 104,78<br>Tłuszcz[g]: 59,64<br>w tym tłuszcze nasycone[g]: 26,67<br>Węglowodany ogółem[g]: 301,27<br>Błonnik[g]: 28,21<br>Sód [g]: 2,2                                                                      | Wartość energet. [kcal] 2060<br>Białko ogółem [g]: 103,34<br>Tłuszcz[g]: 52,91<br>w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,57<br>Węglowodany ogółem[g]: 300,40<br>Błonnik[g]: 28,04<br>Sód [g]: 2,2                                                                     | Wartość energet. [kcal] 1969<br>Białko ogółem [g]: 103,68<br>Tłuszcz[g]: 61,69<br>w tym tłuszcze nasycone[g]: 25,92<br>Węglowodany ogółem[g]: 260,05<br>Błonnik[g]: 35,79<br>Sód [g]:2,2                                                                      | Wartość energet. [kcal]2217<br>Białko ogółem [g] 126,03<br>Tłuszcz[g] 49,95<br>w tym nasycone [g] 42,45<br>Węglowodany ogółem [g] 324,5<br>Błonnik[g] 19,13<br>Sód [g] 1,4                |

# JADŁOSPIS- SZPITAL – MSWiA Poliklinika

1.09.2026-10.09.2026

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.

|                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 18                                                                          | <b>Czwartek, 10 września 2026</b>                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                             |
|                                                                             | <b>Dieta podstawowa(D01)</b>                                                                                                                                                                                                                    | <b>Dieta łatwostrawna (D02)</b>                                                                                                                                                                                               | <b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(D05)</b>                                                                                                                                                                       | <b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(D03)</b>                                                                                                                                                                              | <b>Dieta papkowata(D11)</b>                                                                                                                                                 |
| Śniadanie                                                                   | Płatki jaglane na mleku 2% tł. (*7) 350ml<br>Paszтет chudy drobiowy zapiekany (*1*3*6*9) 60g<br>Twaróg chudy plaster (*7) 30g<br>Pomidor 50g<br>Rukola 5g<br>Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml | Płatki jaglane na mleku 2% tł. (*7) 350ml<br>Szyńka z indyka 75% 50g (*1*6*9)<br>Miód wielokwiatowy naturalny 15g<br>Pomidor 50g<br>Rukola 5g<br>Chleb pszenny (*1)100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml      | Płatki jaglane na mleku 2% tł. (*7) 350ml<br>Szyńka z indyka 75% 50g (*1*6*9)<br>Miód wielokwiatowy naturalny 15g<br>Pomidor 50g<br>Rukola 5g<br>Chleb pszenny (*1)100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml      | Kefir naturalny*7/200ml<br>Szyńka z indyka 75% 40g (*1*6*9)<br>Twaróg chudy plaster (*7) 30g<br>Pomidor 50g<br>Rukola 5g<br>Chleb razowy (*1)100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                                               | Płatki jaglane na mleku (*7) 300ml, mleko w proszku (*7) 25g, miód 20g, bułka pszenna (*1) 50g, mus owocowy 100%/100g<br><br>Herbata b/c 250ml                              |
| Obiad                                                                       | Zupa pomidorowa wywarze mięsno-warzywnym z ryżem (*9) 400ml<br>Kotlet drobiowy panierowany i pieczony (*1*3) 110g<br>Ziemniaki 200g<br>Surówka z marchewki z koperkiem i olejem rzepakowym 150g<br>Kompot owocowy 250ml                         | Zupa pomidorowa wywarze mięsno-warzywnym z ryżem (*9) 400ml<br>Gulasz drobiowy z piersi kurczaka duszonej w warzywach 150g (100g mięsa) (*9)<br>Ziemniaki 200g<br>Szpinał gotowany z przyprawami 150g<br>Kompot owocowy 250ml | Zupa pomidorowa wywarze mięsno-warzywnym z ryżem (*9) 400ml<br>Gulasz drobiowy z piersi kurczaka duszonej w warzywach 150g (100g mięsa) (*9)<br>Ziemniaki 200g<br>Szpinał gotowany z przyprawami 150g<br>Kompot owocowy 250ml | Zupa pomidorowa wywarze mięsno-warzywnym z ryżem brązowym (*9) 400ml<br>Gulasz drobiowy z piersi kurczaka duszonej w warzywach 150g (100g mięsa) (*9)<br>Ziemniaki 200g<br>Surówka z marchewki z koperkiem i olejem rzepakowym150g<br>Woda 500ml | Zupa pomidorowa (*9) 300ml, ziemniaki 200g, mięso drobiowe 100g, mleko w proszku (*7) 25g, jogurt naturalny(*7) 50g, szpinak gotowany 100g<br><br>Kompot wieloowocowy 250ml |
| Podwie                                                                      | Brzoskwinia 100g                                                                                                                                                                                                                                | Brzoskwinia 100g                                                                                                                                                                                                              | Brzoskwinia 100g                                                                                                                                                                                                              | Brzoskwinia 100g<br>Migdały (*8) 10g                                                                                                                                                                                                             | Jogurt owocowy (*7) 100g                                                                                                                                                    |
| Kolacja                                                                     | Schab z kija wieprzowy 50g<br>Ser żółty *7/20g<br>Ogórek 50g<br>Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                                                                                             | Schab z kija wieprzowy 50g<br>Mozzarella (*7) 30g<br>Cukinia parzona 50g<br>Chleb pszenny (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                                                                          | Schab z kija wieprzowy 50g<br>Mozzarella (*7) 30g<br>Cukinia parzona 50g<br>Chleb pszenny (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                                                                          | Schab z kija wieprzowy 50g<br>Ser żółty *7/20g<br>Ogórek 50g<br>Chleb razowy (*1) 100g<br>Masło extra 83% (*7) 10g<br>Herbata b/c 250ml                                                                                                          | Mięso wieprzowe 100g, jajko(*3) 50g, gotowane warzywa: seler(*9), marchew, pietruszka 150g, oliwa 10g, kasza manna (*1)50g, woda 100ml<br>Herbata b/c 250ml                 |
| Nocny                                                                       | Kanapka tostowa razowa 60g z szynką drobiową 15g, twarogiem chudym 15g, sałatą 2g, ogórkiem kiszonym 20g i masłem roślinnym 5g(*1*7+6+9+10)<br>Papryka słupki 100g                                                                              | Kanapka tostowa pszenna 60g z szynką drobiową 15g, twarogiem chudym 15g, sałatą 2g, pomidorem 20g i masłem roślinnym 5g (*1*7+6+9+10)<br>Mus owocowy 100% bez cukru 100g                                                      | Kanapka tostowa pszenna 60g z szynką drobiową 15g, twarogiem chudym 15g, sałatą 2g, pomidorem 20g i masłem roślinnym 5g (*1*7+6+9+10)<br>Mus owocowy 100% bez cukru 100g                                                      | Kanapka tostowa razowa 60g z szynką drobiową 15g, twarogiem chudym 15g, sałatą 2g, ogórkiem kiszonym 20g i masłem roślinnym 5g(*1*7+6+9+10)<br>Papryka słupki 100g                                                                               | Kanapka tostowa pszenna 60g z szynką drobiową 15g, twarogiem chudym 15g, sałatą 2g, pomidorem 20g i masłem roślinnym 5g (*1*7+6+9+10)<br>Mus owocowy 100% bez cukru 100g    |
| WARTOŚCI<br>TŁUSZCZ<br>CI<br>ODŻ.<br>TŁUSZCZ<br>W<br>C<br>W<br>TŁUSZCZ<br>W | Wartość energet. [kcal] 2129<br>Białko ogółem [g]: 113,8<br>Tłuszcz[g]: 62,09<br>w tym tłuszcze nasycone[g]: 23,71<br>Węglowodany ogółem[g]: 286,2<br>Błonnik[g]: 30,52<br>Sód[g]: 2,1                                                          | Wartość energet. [kcal] 2141<br>Białko ogółem [g]: 107,98<br>Tłuszcz[g]: 54,76<br>w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,39<br>Węglowodany ogółem[g]: 311,79<br>Błonnik[g]:30,22<br>Sód[g]: 2,1                                       | Wartość energet. [kcal] 2141<br>Białko ogółem [g]: 107,98<br>Tłuszcz[g]: 54,76<br>w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,39<br>Węglowodany ogółem[g]: 311,79<br>Błonnik[g]:30,22<br>Sód[g]: 2,1                                       | Wartość energet. [kcal] 2153<br>Białko ogółem [g]:113,09<br>Tłuszcz[g]: 71,09<br>w tym tłuszcze nasycone[g]: 26,4<br>Węglowodany ogółem[g]: 276,93<br>Błonnik[g]: 35,52<br>Sód[g]: 2,0                                                           | Wartość energet. [kcal]2162<br>Białko ogółem [g]120,18<br>Tłuszcz[g] 45,97<br>Węglowodany ogółem [g] 321<br>W tym cukry [g] 30,22<br>Błonnik[g] 16,64<br>Sód [g] 1,27       |

Dietetyk  
Patrycja Wójtowicz