

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

1.08.2024-10.08.2024

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

Czwartek, 1 sierpnia 2024											
	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal	
Śniadanie	Płatki jaglane na mleku (*) 350ml Paszтет zapiekany drobiowy (*1*3*9+7+6) 50 Miód 15g Papryka 80g Sałata 1 liść /5g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Herbata b/c 250ml	255 156 40 20 1 261 116	Płatki jaglane na mleku (*)350ml Twarożek z koperkiem (*) 70g Miód 15g Pomidor 80g Sałata 1 liść /5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Herbata b/c 250ml	255 89 40 17 1 263 116	Płatki jaglane na mleku (*)350ml Twarożek z koperkiem (*) 70g Miód 15g Pomidor 80g Sałata 1 liść /5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Herbata b/c 250ml	255 89 40 17 1 263 116	Jabłko 1 szt Paszтет zapiekany drobiowy (*1*3*9+6) 50g Twarożek z koperkiem (*) 30g Papryka 80g Sałata 1 liść /5g Chleb razowy (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Herbata b/c 250ml	75 156 49 30g 20 1 221 116	Płatki jaglane na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml	589	
II śniadanie	Serek wiejski (*7) 200g	194	Serek wiejski (*7) 200g	194	Serek wiejski (*7) 200g	194	Serek wiejski (*7) 200g	194	Serek wiejski (*7) 200g	194	
Obiad	Zupa ogórkowa na wywarze mięsny i włoszczyzny z ryżem (*7,*9)400ml Stek z cebulką wieprzowodrobiowy smażony (*1*3) 100g Ziemniaki 200g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 70g Sałata z oliwą z oliwek 50g Kompot owocowy 250ml	265 255 142 33 36 50	Zupa ryżanka na wywarze mięsny i włoszczyzny(*9)400ml Pulpet drobiowowieprzowy gotowany w sosie koperkowym (*1*7*9) 90g/50ml Ziemniaki 200g Włoszczyzna na gęsto słupki (*1*7) 70g Sałata z oliwą z oliwek 50g Kompot owocowy 250ml	189 255 255 142 45 36 50	Zupa ryżanka na wywarze mięsny i włoszczyzny(*9)400ml Pulpet drobiowowieprzowy gotowany w sosie koperkowym (*1*7*9) 90g/50ml Ziemniaki 200g Włoszczyzna na gęsto słupki (*1*7) 70g Sałata z oliwą z oliwek 50g Kompot owocowy 250ml	189 255 255 142 45 36 50	Zupa ogórkowa na wywarze mięsny i włoszczyzny z ryżem brązowym (*7,*9)400ml Pulpet drobiowowieprzowy gotowany w sosie koperkowym (*1*7*9) 90g/50ml Ziemniaki 200g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 70g Sałata z oliwą z oliwek 50g Woda 500 ml	248 255 142 47 36	Ryżanka (*9), ziemniaki, mięso drobiowowieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml	625 50	
	Podwieczorek	Mus owocowy z jabłkiem, brzoskwinia i twarogiem bez cukru (*7) 125g	90	Mus owocowy z jabłkiem, brzoskwinia i twarogiem bez cukru (*7) 125g	90	Mus owocowy z jabłkiem, brzoskwinia i twarogiem bez cukru (*7) 125g	90	Mus owocowy z jabłkiem, brzoskwinia i twarogiem bez cukru (*7) 125g Pestki dyni (+8) 10g	90 58	Mus owocowy z jabłkiem, brzoskwinia i twarogiem bez cukru (*7) 125g	90
	Kolacja	Szynka drobiowa (*1+6+9) 60g Serek kanapkowy twarogowy (*7) 1szt./17g Ogórek 100g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	59 47 12 261 116	Szynka drobiowa (*1+6+9) 60g Serek kanapkowy twarogowy (*7) 1szt./17g Cukinia gotowana 100g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	59 47 14 263 116	Szynka drobiowa (*1+6+9) 60g Serek kanapkowy twarogowy (*7) 1szt./17g Cukinia gotowana 100g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	59 47 14 263 116	Szynka drobiowa (*1+6+9) 60g Serek kanapkowy twarogowy (*7) 1szt./17g Ogórek 100g Chleb razowy (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	59 47 12 221 116	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	511
		Nočný	Serek wiejski 200g sok pomidorowy 30ml	143 36	Serek wiejski 200g sok pomidorowy 30ml	178 36	Serek wiejski 200g sok pomidorowy 30ml	178 36	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, poledwica wieprzowa, sałata i papryka (*1*6+9+10) 100g Sok pomidorowy 300ml	143 36	
		WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2445 Białko ogółem [g] 101,54 Tłuszcz[g] 79,123 w tym nasycone [g] 27,12 Węglowodany ogółem [g] 319,13 W tym cukry [g] 53,23 Błonnik[g] 29,65 Sól [g] 4,12		Wartość energet. [kcal] 2317 Białko ogółem [g] 86,02 Tłuszcz[g] 66,65 w tym nasycone [g] 22,44 Węglowodany ogółem [g] 329,29 W tym cukry [g] 55,12 Błonnik[g] 22,34 Sól [g] 3,89		Wartość energet. [kcal] 2317 Białko ogółem [g] 86,02 Tłuszcz[g] 66,65 w tym nasycone [g] 22,44 Węglowodany ogółem [g] 329,29 W tym cukry [g] 55,12 Błonnik[g] 22,34 Sól [g] 3,89		Wartość energet. [kcal] 2090 Białko ogółem [g] 91,54 Tłuszcz[g] 73,76 w tym nasycone [g] 19,12 Węglowodany ogółem [g] 268,22 W tym cukry [g] 42,76 Błonnik[g] 35,34 Sól [g] 4,11		Wartość energet. [kcal]2043 Białko ogółem [g] 80,12 Tłuszcz[g] 52,45 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 284,34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sól [g] 3,89

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

1.08.2024-10.08.2024

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

Piątek, 2 sierpnia 2024

	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1) 350ml	256	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1) 350ml	256	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1) 350ml	256	Serek wiejski 200g *7	60	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	589
	Chleb mieszany, ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	221	Herbata z cukrem 250ml	
II śniadanie	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Jajko bez skorupki (*3) 1 szt	116	Sok buraczano-jabłkowy 300ml	111
	Jajko bez skorupki (*3) 1 szt	70	Jajko bez skorupki(*3) 1 szt	70	Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 50g	62	Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 40g	70		
Obiad	Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 40g	45	Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 40g	45	Dżem 25g	40	Pomidor 80g	45		
	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Salata 1 liść/ 5g	17		
Podwieczerek	Salata 1 liść 5g	1	Salata 1 liść/ 5g	1	Salata 1 liść/ 5g	1	Herbata 1 liść/5g	1		
	Herbata b/c 250ml		Herbatab/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata bez cukru 250ml			
Kolacja	Pomarańcza 1szt./150g	112	Banan 1szt./120g	110	Banan 1szt./120g	110	Pomarańcza 1szt./150g	112		
	Pestki słonecznika (*8) 10g	54					Pestki słonecznika (+8) 10g	54		
Nocny	Zupa brokułowa na wywarze mięsno- warzywnym z zacierką (*7*9) 400ml	260	Zupa brokułowa na wywarze mięsno- warzywnym z zacierką (*7*9) 400ml	260	Zupa brokułowa na wywarze warzywnym z zacierką (*7*9) 400ml	260	Zupa brokułowa na wywarze warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml	260	Zupa brokułowa (*7,*9), ziemniaki, Mintaj gotowany, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
	Ryba brama smażona w sosie warzywnym po grecku (*1*4*9) 90g/50g	265	Ryba brama na parze w sosie warzywnym po grecku (*1*4*9) 90g/50g	231	Ryba brama na parze w sosie warzywnym po grecku (*1*4*9) 90g/50g	231	Ryba brama smażona w sosie warzywnym po grecku (*1*4*9) 90g/50g	265	Kompot owocowy 250ml	50
Wartości odżywcze	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142		
	Surówka z kiszzonej kapusty z olejem rzepakowym 70g	52	Cukinia gotowana z masłem (*7) 70g	25	Cukinia gotowana z masłem *7/70g	25	Surówka z kiszzonej kapusty z olejem rzepakowym 70g	52		
Nocny	Szpinak gotowany 50g	14	Szpinak gotowany 50g	14	Szpinak gotowany 50g	14	Szpinak gotowany 50g	14		
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml			
Nocny	Jogurt owocowy (*7) 150g	125	Jogurt owocowy (*7) 150g	125	Jogurt owocowy (*7) 150g	125	Jogurt naturalny (*7) 150g	90	Jogurt owocowy (*7) 150g	125
	Pestki słonecznika (*8) 10g	54					Migdały (*8)10g	62		
Nocny	Pasta twarogowo-pomidorowa (*7) 70g	92	Pasta twarogowo-pomidorowa (*7) 70g	92	Pasta twarogowo-pomidorowa (*7) 70g	92	Pasta twarogowo-pomidorowa (*7) 70g	92	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	511
	Miód porcjowany 15g	40	Miód porcjowany 15g	40	Miód porcjowany 15g	40	Szynka sopocka (*1+6+7+9) 20g	25	Herbata 250ml	
Nocny	OGÓREK kiszony 50g	6	Cukinia gotowana 50g	7	Cukinia gotowana 50g	7	ogórek kiszony 50g	6		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g	221		
Nocny	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g	116		
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c250ml		Herbata b/c 250ml			
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, poledwicą wieprzową, sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g	178	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwicą drobiową, sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	178	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwicą drobiową, sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	178	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, poledwicą wieprzową, sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g	143		
	Sok buraczano-jabłkowy 300ml	111	Sok buraczano-jabłkowy 300ml	111	Sok buraczano-jabłkowy 300ml	111	Sok buraczano-jabłkowy 300ml	111		

WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2535	Wartość energet. [kcal]2423	Wartość energet. [kcal]2410	Wartość energet. [kcal] 2124	Wartość energet. [kcal]2011
	Białko ogółem [g]: 112,04	Białko ogółem [g]: 105,22	Białko ogółem [g]: 103,22	Białko ogółem [g]: 95,99	Białko ogółem [g] 75,54
	Tłuszcz[g]: 91,12	Tłuszcz[g]: 75,34	Tłuszcz[g]: 72,12	Tłuszcz[g]: 74,123	Tłuszcz[g] 51.3
	w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56	w tym tłuszcze nasycone[g]: 15,56	w tym tłuszcze nasycone[g]: 15,02	w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03	w tym nasycone [g] 19,23
	Węglowodany ogółem[g]: 335,23	Węglowodany ogółem[g]: 346,98	Węglowodany ogółem[g]: 345,11	Węglowodany ogółem[g]: 272,12	Węglowodany ogółem [g] 289,34
w tym cukry[g]: 46,245	w tym cukry[g]: 50,245	w tym cukry[g]: 50,245	w tym cukry[g]: 41,64	W tym cukry [g] 19,22	
Błonnik[g]:32,12	Błonnik[g]:23,04	Błonnik[g]:22,12	Błonnik[g]:36,99	Błonnik[g] 20,45	
Sól [g]: 4,23	Sól [g]: 4,03	Sól [g]: 4,01	Sól [g]: 4,11	Sól [g] 3,73	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

1.08.2024-10.08.2024

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

Sobota, 3 sierpnia 2024										
	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kca 1	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kca 1	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kca 1	Dieta papkowata(12)	Kcal
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml	247	Jogurt naturalny 100g *7	36	Płatki owsiane na mleku (*7+1) , mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	589
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	221	Herbata 250ml	
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116		
	Poledwica sopocka +1+9+10) 60g	65	Poledwica sopocka +1+9+10) 60g	65	Poledwica sopocka +1+9+10) 60g	65	Poledwica sopocka +1+9+10) 60g	65		
	Mozzarella plaster (*7) 20g	56	Mozzarella plaster (*7) 20g	56	Mozzarella plaster (*7) 20g	56	Mozzarella [plaster (*7) 20g	56		
	Rzodkiew biała tarta 80g	14	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Rzodkiew biała tarta 80g	14		
	Sałata 1 liść /5g	1	Sałata 1liść/5g	1	Sałata 1 liść /5g	1	Sałata 1 liść/5g	1		
	Herbata b/c 250ml	1	Herbata b/c 250ml	1	Herbata b/c 250ml	1	Herbata bez cukru 250ml	1		
II śniadanie	Nektarynka 1 szt 120g	60	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Nektarynka 1 szt 120g	60	Mus owocowy 100%/100g	54
							Pestki dyni (+8) 10g	58		
Obiad	Zupa koperkowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml	202	Zupa koperkowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml	202	Zupa koperkowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml	202	Zupa koperkowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml	202	Zupa koperkowa (*7*9) ziemniaki, mięso drobiowo-wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
	Spaghetti po bolońsku z sosem pomidorowym z mięsem wieprzowodrobiowym 300g(*1*3*7)	432	Spaghetti po bolońsku z sosem pomidorowym z mięsem wieprzowodrobiowym 300g(*1*3*7)	432	Spaghetti po bolońsku z sosem pomidorowym z mięsem wieprzowodrobiowym 300g(*1*3*7)	432	Spaghetti z makaronem razowym po bolońsku z sosem pomidorowym z mięsem wieprzowodrobiowym 300g(*1*3*7)	420	Kompot owocowy 250ml	50
	Jabłko 1szt./150g	75	Jabłko pieczone 1szt./150g	75	Jabłko pieczone 1szt./150g	75	Jabłko 1szt./150g	75		
	Brokuł gotowany z olejem rzepakowym 50g	32	Brokuł gotowany z olejem rzepakowym 50g	32	Brokuł gotowany z olejem rzepakowym 50g	32	Brokuł gotowany z olejem rzepakowym 50g	35		
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml	50		
Podwieczor	Galaretka z owocami bez cukru 123g	100	Galaretka z owocami bez cukru 123g	100	Galaretka z owocami bez cukru 123g	100	Serek homogenizowany naturalny *7 150g	154	Serek homogenizowany naturalny *7 150g	154
							Otręby pszenne (*1) 10g	28		
Kolacja	Szynka drobiowa (*1+6+9) 60g	59	Szynka drobiowa (*1+6+9) 60g	59	Szynka drobiowa (*1+6+9) 60g	59	Szynka drobiowa (*1+6+9) 60g	59	Mięso drobiowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	511
	Serek kanapkowy twarogowy (*7) 1szt./17g	47	Serek kanapkowy twarogowy (*7) 1szt./17g	47	Serek kanapkowy twarogowy (*7) 1szt./17g	47	Serek kanapkowy twarogowy (*7) 1szt./17g	47	Herbata 250ml	
	Papryka 50g	10	Cukinia parzona 50g	7	Cukinia parzona 50g	7	Papryka 50g	10		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g	221		
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g	116		
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml				
Noctny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, mozzarella, sałatą i ogórkiem (*7*1*6+9+10) 100g	195	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarella, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	195	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarella, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	195	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, mozzarella, sałatą i ogórkiem (*1*7*6+9+10) 100g	160		
	Sok wielowarzywny 200ml	41	Sok wielowarzywny 200ml	41	Sok wielowarzywny 200ml	41	Sok wielowarzywny 200ml	41		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2404 Białko ogółem [g]: 107,34 Tłuszcz[g]: 85,87 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 325,07 W tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 34,09 Sól [g]: 4,11		Wartość energet. [kcal] 2379 Białko ogółem [g]: 98,63 Tłuszcz[g]: 76,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 331,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:27,99 Sól [g]: 4,11		Wartość energet. [kcal] 2379 Białko ogółem [g]: 98,63 Tłuszcz[g]: 76,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 331,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:27,99 Sól [g]: 4,11		Wartość energet. [kcal] 2002 Białko ogółem [g]: 88,04 Tłuszcz[g]: 70,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 260,23 w tym cukry[g]: 30,245 Błonnik[g]:38,12 Sól [g]: 4,03		Wartość energet. [kcal]1983 Białko ogółem [g] 75,54 Tłuszcz[g] 51.3 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 289.34 W tym cukry [g] 19,22 Błonnik[g] 20,45 Sól [g] 3,73	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

1.08.2024-10.08.2024

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

Niedziela, 4 sierpnia 2024										
	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal
Śniadanie	Ryż biały na mleku (*) 400ml Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Jajecznica (*3) 100g Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 30g Rzodkiew biała tarta 80g Liść sałaty 5g Herbata b/c 250ml	255 261 116 211 34 14 1	Ryż biały na mleku (*) 400ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Jajecznica na parze (*3) 100g Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 30g Pomidor 80g Liść sałaty 5g Herbata b/c 250ml	255 263 116 202 34 17 1	Ryż biały na mleku (*) 400ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Jajecznica z białek jaj na parze (*3) 100g Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 30g Pomidor 80g Liść sałaty 5g Herbata b/c 250ml	255 263 116 76 34 17 1	Jogurt naturalny *7 100g Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Jajecznica na parze (*3) 100g Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 30g Rzodkiew biała tarta 80g Liść sałaty 5g Herbata bez cukru 250ml	60 221 116 211 34 14 1	Ryż na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml	589
II śniadani e	Babka drożdżowa(*1*3*7+6) 50g	126	Babka drożdżowa(*1*3*7+6) 50g	126	Babka drożdżowa(*1*3*7+6) 50g	126	Grejpfrut 1szt./100g Pestki słonecznika (+8) 10g	108 52	Sok jabłkowy 200ml	99
Obiad	Rosół na wywarze warzywno-drobiowym z makaronem (*1*3*9) 400ml 500ml Schab duszony w delikatnym sosie własnym 100g/50ml(*1*7)	189 239	Rosół na wywarze warzywno-drobiowym z makaronem (*1*3*9) 400ml Schab duszony w delikatnym sosie własnym 100g/50ml(*1*7) Ziemniaki 200g Sałata z jogurtem naturalnym (*7) 70g/20g Buraczki tarte z olejem rzepakowym 50g Kompot owocowy 250ml	189 239 142 22 32 50	Rosół na wywarze warzywno-drobiowym z makaronem (*1*3*9) 400ml Schab duszony w delikatnym sosie własnym 100g/50ml(*1*7) Ziemniaki 200g Sałata z jogurtem naturalnym (*7) 70g/20g Buraczki tarte olejem rzepakowym 50g Kompot owocowy 250ml	189 239 142 22 32 50	Rosół na wywarze warzywno-drobiowym z makaronem razowym (*1*3*9) 400ml Schab duszony w delikatnym sosie własnym 100g/50ml(*1*7) Ziemniaki 200g Mizeria z ogórków i jogurtu naturalnego (*7) 70g/20g Surówka z buraczką i jabłką 50g Woda 500ml	186 239 142 20 32	Rosół (*7,*9), ziemniaki, mięso wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wielooowocowy 250m	625 50
	Deser z przetartych owoców bez cukru 100%/120g	71	Deser z przetartych owoców bez cukru 100%/120g	71	Deser z przetartych owoców bez cukru 100%/120g	71	Jogurt naturalny (*7) 150g Migdały (+8) 10g	71 62	Deser z przetartych owoców 120g	71
	Twaróg z rzodkiewka i szczypiorem (*) 70g Miód 15g Ogórek kiszony 100g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	98 40 12 261 116	Pasta twarogowa z zieleciną (*7) 70g Miód 15g Cukinia gotowana 100g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	92 40 14 263 116	Pasta twarogowa z zieleciną (*7) 70g Miód 15g Cukinia gotowana 100g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	92 40 14 263 116	Pasta twarogowa z rzodkiewką i szczypiorem (*7) 80g Ogórek kiszony 100g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata bez cukru 250ml	112 12 221 116	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruska, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	511
	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, wędliną drobiową, sałata i ogórkiem (*7*1*6+9+10) 100g Sok pomidorowy 300ml	195 36	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, wędliną drobiową, sałata i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Sok pomidorowy 300ml	195 36	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, wędliną drobiową sałata i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Sok pomidorowy 300ml	195 36	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, wędliną drobiową, sałata i ogórkiem (*1*7*6+9+10) 100g Sok pomidorowy 300ml	160 36		

WARTOŚCI ODŻWICZAJĄCE	Wartość energet. [kcal] 2438 Białko ogółem [g]: 107,26 Tłuszcz[g]: 80,04 w tym tłuszcze nasycone[g]: 33,03 Węglowodany ogółem[g]: 339,27 w tym cukry[g]: 57,64 Błonnik[g]: 33,72 Sól [g]: 4,93	Wartość energet. [kcal] 2428 Białko ogółem [g]: 95,66 Tłuszcz[g]: 73,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 341,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 22,12 Sól [g]: 4,3	Wartość energet. [kcal] 2302 Białko ogółem [g]: 87,92 Tłuszcz[g]: 68,45 w tym tłuszcze nasycone[g]: 16,05 Węglowodany ogółem[g]: 332,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 22,12 Sól [g]: 4,3	Wartość energet. [kcal] 2145 Białko ogółem [g]: 87,11 Tłuszcz[g]: 69,92 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 292,45 w tym cukry[g]:47,23 Błonnik[g]: 37,09 Sól [g]:4,02	Wartość energet. [kcal]1999 Białko ogółem [g] 70,12 Tłuszcz[g] 50,45 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 284,34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sól [g] 3,89
-----------------------	---	--	--	--	--

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

1.08.2024-10.08.2024

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.

Poniedziałek, 5 sierpnia 2024															
	Dieta podstawowa(1)(C1)	Kca 1	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kca 1	Dieta papkowata(12)	Kcal					
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku (*7+1) 350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1) 350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1) 350ml	247	Serek wiejski (*7) 200g	194	Płatki owsiane na mleku (*7+1), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1)	589					
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Herbata 250ml						
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Szynka delikatesowa z kurcząt(+1+9+10) 60g	59							
	Szynka delikatesowa z kurcząt(+1+9+10) 60g	59	Szynka delikatesowa z kurcząt(+1+9+10) 60g	59	Szynka delikatesowa z kurcząt(+1+9+10) 60g	59	Mozarella plaster (*7) 20g	56							
	Mozarella plaster (*7) 20g	56	Mozarella plaster (*7) 20g	56	Mozarella plaster (*7) 20g	56	Pomidor 80g	17							
	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Salata 1 liść/5g	1							
	Salata 1 liść /5g	17	Salata 1 liść /5g	1	Salata 1 liść /5g	1	Herbata bez cukru 250ml	1							
	Herbata b/c 250ml	1	Herbata b/c 250ml	1	Herbata b/c 250ml	1									
II śniadanie	Brzoskwinia 1szt./100g	45	Brzoskwinia 1szt./100g	45	Brzoskwinia 1szt./100g	45	Brzoskwinia 1szt./100g Jogurt naturalny (*7) 100g	45 60	jogurt naturalny (*7) 150g	90					
Obiad	Barszcz czerwony na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami i fasolą (*7,*9) 400ml	274	Barszcz czerwony na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7,*9) 400ml	223	Barszcz czerwony na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7,*9) 400ml	223	Barszcz czerwony na wywarze mięsno-warzywnym z fasolą i ziemniakami (*7,*9) 400ml	274	Barszcz czerwony (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowo-wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625					
	Pyzy ziemniaczane z mięsem mieszanym drobiowo-wieprzowym okraszone cebulką i olejem rzepakowym(*1*3*7) 6szt./300g	476	Pyzy ziemniaczane z mięsem mieszanym drobiowo-wieprzowym(*1*3*7) 6szt./300g	460	Pyzy ziemniaczane z mięsem mieszanym drobiowo-wieprzowym(*1*3*7) 6szt./300g	460	Pyzy ziemniaczane z ziemniaków z mięsem mieszanym drobiowo-wieprzowym(*1*3*7) 6szt./300g	460	Kompot wieloowocowy 250ml						
	Marchewka gotowana 70g	25	Marchewka gotowana 70g	25	Marchewka gotowana 70g	25	Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 70g	33	50						
	Salata z oliwą 50g	36	Salata z oliwą 50g	36	Salata z oliwą 50g	36	Salata z oliwą 50g	36							
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml								
Podwiecz	Salatka ze świeżych warzyw z fetą i olejem rzepakowym (*7) 150g	76	Mus owocowy 100%/100g bez cukru	54	Mus owocowy 100%/100g bez cukru	54	Salatka ze świeżych warzyw z fetą i olejem rzepakowym (*7) 150g	76	Mus owocowy 100%/100g bez cukru	54					
Kolacja	Ser żółty (*7) 50g	174	Polędwica sopocka (*6+9+10) 50g	62	Polędwica sopocka (*6+9+10) 50g	62	Polędwica sopocka (*6+9+10) 50g	62	Mięso drobiowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml						
	Dżem truskawkowy 25g	40	Dżem truskawkowy 25g	40	Dżem truskawkowy 25g	40	Ser żółty (*7) 20g	70							
	Ogórek 50g	6	Cukinia gotowana 50g	7	Cukinia gotowana 50g	7	Ogórek 50g	6							
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	221							
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116							
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata bez cukru 250ml								
Noctny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, polędwicą wieprzową, sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	143	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, polędwicą drobiową, sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	178	Bułka pszenna z mix roślinnym, polędwicą drobiową, sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	178	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, polędwicą wieprzową, sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	143							
	Sok wielowarzywny 200ml	41	Sok wielowarzywny 200ml	41	Sok wielowarzywny 200ml	41	Sok wielowarzywny 200ml	41							
WARTOŚCI ODŻWIWCZE	Wartość energet. [kcal] 2482 Białko ogółem [g]: 102,45 Tłuszcz[g]: 83,82 w tym tłuszcze nasycone[g]: 29,23 Węglowodany ogółem[g]: 342,56 w tym cukry[g]: 58,23 Błonnik[g]: 32,03 Sól [g]: 4,76			Wartość energet. [kcal] 2302 Białko ogółem [g]: 81,91 Tłuszcz[g]: 72,112 w tym tłuszcze nasycone[g]: 21,30 Węglowodany ogółem[g]: 345,87 w tym cukry[g]: 57,18 Błonnik[g]: 25,72 Sól [g]: 4,12			Wartość energet. [kcal] 2302 Białko ogółem [g]: 81,91 Tłuszcz[g]: 72,112 w tym tłuszcze nasycone[g]: 21,30 Węglowodany ogółem[g]: 345,87 w tym cukry[g]: 57,18 Błonnik[g]: 25,72 Sól [g]: 4,12			Wartość energet. [kcal] 2166 Białko ogółem [g]: 92,24 Tłuszcz[g]: 71,02 w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,04 Węglowodany ogółem[g]: 289,12 w tym cukry[g]:40,34 Błonnik[g]:33,78 Sól [g]: 4,24			Wartość energet. [kcal]1945 Białko ogółem [g] 69,45 Tłuszcz[g] 64,12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 291,34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sól [g] 3,76		

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

1.08.2024-10.08.2024

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

Wtorek, 6 sierpnia 2024										
	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal
Śniadanie	Ryż biały na mleku (*7)350ml	255	Ryż biały na mleku (*7)350ml	255	Ryż biały na mleku (*7)350ml	255	Jogurt naturalny 100g *7	60	Ryż na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	589
	Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 70g	112	Pasta jajeczna z koperkiem(*3) 70g	102	Pasta z białek jaj z koperkiem (*3) 70g	82	Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 70g	112		
	Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g	40	Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g	40	Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g	40	Szynka z indyka 75%(*9*10) 20g	19		
	Papryka 80g	20	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Paparyka 80g	20		
	Salata 1 liść/5g	1	Salata 1 liść /5g	1	Salata 1 liść	1	Salata 1 liść	1		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	221	Herbata z cukrem 250ml	
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116		
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml			
II śniadanie	Mus owocowy bez cukru 100% 100g	54	Mus owocowy bez cukru 100% 100g	54	Mus owocowy 100% 100g	54	Mus owocowy bez cukru 100% 100g	54	Mus owocowy bez cukru 100% 100g	54
							Pestki słonecznika (+8) 10g	52		
Obiad	Zupa grochowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*9) 500ml	282	Zupa ziemniaczana na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml	178	Zupa ziemniaczana na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 500ml	178	Zupa grochowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*9) 500ml	283	Zupa ziemniaczana (*7,*9), ziemniaki, mięso wieprzowe, mleko w proszku (*7) 450ml	625
	Pulpet drobiowo-wieprzowy w sosie pieczarkowym (*1*7*9) 100g/50ml	276	Pulpet drobiowo-wieprzowy w sosie pomidorowym (*1*7*9) 100g/50ml	255	Pulpet drobiowo-wieprzowy w sosie własnym (*1*7*9) 100g/50ml	255	Pulpet drobiowo-wieprzowy w sosie pieczarkowym (*1*7*9) 100g/50ml	276		
	Kasza gryczana 200g	242	Kasza jęczmienna (*1) 200g	218	Kasza jęczmienna (*1) 200g	218	Kasza gryczana 200g	242		
	Salatka z ogórka kiszzonego i cebulki z olejem rzepakowym 70g	34	Szpinak gotowany z masłem (*7)70g	36	Kasza jęczmienna (*1) 200g	36	Salatka z ogórka kiszzonego i cebulki z olejem rzepakowym 70g	34		50
	Marchewka gotowana 50g	17	Marchewka gotowana 50g	17	Szpinak gotowany 70g	15	Surówka z marchewki i jabłka 50g	23	Kompot wieloowocowy 250ml	
	Marchewka gotowana 50g	17	Kompot owocowy 250ml	50	Marchewka gotowana 50g	17	Woda 500ml			
	Kompot owocowy 250ml	50			Kompot owocowy 250ml	50				
Podwiecz	Ciastka zbożowe z owocami leśnymi (*1) 25g	116	Galaretką z owocami bez cukru 123g	100	Galaretką z owocami bez cukru 123g	100	Serek homogenizowany naturalny (*7) 150g	154	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	154
							Otręby pszenne (*1) 10g	28		
Kolacja	Polędwica drobiowa (*1+6+9) 60g	59	Polędwica drobiowa (*1+6+9) 60g	59	Polędwica drobiowa (*1+6+9) 60g	59	Polędwica drobiowa (*1+6+9) 60g	59	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	511
	Serek kanapkowy twarogowy (*7) 1szt./17g	47	Serek kanapkowy twarogowy (*7) 1szt./17g	47	Serek kanapkowy twarogowy (*7) 1szt./17g	47	Serek kanapkowy twarogowy (*7) 1szt./17g	47		
	Ogórek 100g	12	Cukinia parzona 100g	14	Cukinia parzona 100g	14	Ogórek 100g	12		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g	221		
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116		
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml				
Nocny	Kanapka tostowa razowa z serem mozzarella , sałatą, papryką i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	194	Kanapka tostowa pszenna z serem mozzarella , sałatą i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	194	Kanapka tostowa pszenna z serem mozzarella , sałatą i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	194	Kanapka tostowa razowa z serem mozzarella , sałatą ,papryką i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	160		
	Nektarynka 1szt./120g	60	Banna 1szt/120g	110	Banan 1szt./120g	110	Nektarynka 1szt./120g	60		

WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2539	Wartość energet. [kcal] 2395	Wartość energet. [kcal] 2375	Wartość energet. [kcal] 2149	Wartość energet. [kcal] 2005
	Białko ogółem [g]: 106,26	Białko ogółem [g]: 91,54	Białko ogółem [g] 90,23	Białko ogółem [g]: 90,34	Białko ogółem [g] 70,12
	Tłuszcz[g]: 85,04	Tłuszcz[g]: 77,02	Tłuszcz[g] 74.12	Tłuszcz[g]:75,59	Tłuszcz[g] 50.45
	w tym tłuszcze nasycone[g]: 28,03	w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05	w tym nasycone [g] 14,234	w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,04	w tym nasycone [g] 19,23
	Węglowodany ogółem[g]: 333,27	Węglowodany ogółem[g]: 337,054	Węglowodany ogółem [g] 335,08	Węglowodany ogółem[g]: 280,67	Węglowodany ogółem [g] 284.34
w tym cukry[g]: 57,64	w tym cukry[g]: 53,19	W tym cukry [g] 49,98	w tym cukry[g]:37,34	W tym cukry [g] 30,22	
Błonnik[g]: 31,72	Błonnik[g]: 22,12	Błonnik[g] 19,24	Błonnik[g]:36,78	Błonnik[g] 22,45	
Sól [g]: 4,93	Sól [g]: 4,3	Sól [g] 4,01	Sól [g]: 4,24	Sól [g] 3,89	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

1.08.2024-10.08.2024

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

Środa, 7 sierpnia 2024										
	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kca 1	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kca 1	Dieta papkowata(12)	Kcal
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Szynka wieprzowa (+1+9+10) 60g Mozzarella plaster (*7) 20g Pomidor 80g Sałata 1 liść /5g Herbata b/c 250ml	247 261 116 62 56 17 1	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Szynka wieprzowa (+1+9+10) 60g Mozzarella plaster (*7) 20g Pomidor 80g Sałata 1liść/5g Herbata b/c 250ml	247 263 116 62 56 17 1	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Szynka wieprzowa (+1+9+10) 60g Mozzarella plaster (*7) 20g Pomidor 80g Sałata 1 liść /5g Herbata b/c 250ml	247 263 116 62 56 17 1	Serek wiejski 200g *7 Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Szynka wieprzowa (+1+9+10) 60g Mozzarella plaster(*7) 20g Pomidor 80g Sałata 1 liść/5g Herbata bez cukru 250ml	60 221 116 62 56 17 1	Płatki owsiane na mleku (*7+1) , mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml	589
II śniadanie	Arbuz 150g	55	Arbuz 150g	55	Arbuz 150g	55	Jabłko 1szt./120g Pestki dyni (+8) 10g	75 58	Sok buraczano-jabłkowy 300ml	111
Obiad	Zupa jarzynowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami(*7*9) 400ml Gulasz z szynki i warzyw (*1*7*9) 150g Kluski śląskie z ziemniaków (*1*3) 200g Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g Brokuł gotowany 50g Kompot wieloowocowy 250ml	235 245 260 45 16 50	Zupa jarzynowa na wywarze mięsno- warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Gulasz z szynki i warzyw (*1*7*9) 150g Kluski śląskie z ziemniaków (*1*3) 200g Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g Brokuł gotowany 50g Kompot wieloowocowy 250ml	235 245 260 45 16 50	Zupa ziemniaczana na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Gulasz z szynki i warzyw (*1*7*9) 150g Kluski śląskie z ziemniaków (*1*3) 200g Buraczki tarte z olejem rzepakowym 100g Brokuł gotowany 50g Kompot wieloowocowy 250ml	187 245 245 260 45 16 50	Zupa jarzynowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Gulasz z szynki i warzyw (*1*7*9) 150g Kasza jęczmienna (*1) 200g Surówka z buraczka i jabłka z olejem rzepakowym 70g Brokuł gotowany 50g Woda 500ml	235 245 218 45 16	Zupa ziemniaczana (*7*9) ziemniaki, mięso wieprzowe , mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot owocowy 250ml	625 50
Podwieczorek	Deser z przetartych owoców bez cukru 100%/120g	71	Deser z przetartych owoców bez cukru 100%/120g	71	Deser z przetartych owoców bez cukru 100%/120g	71	Jogurt naturalny (*7) 150g Migdały (*8) 10g	90 62	Deser z przetartych owoców bez cukru 100%/120g	71
Kolacja	Pasta rybno- twarogowa z łososiem i koperkiem (*4*7) 80g Dżem truskawkowy 25g Rzodkiew biała tarta 100g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	112 40 14 261 116	Pasta rybno-twarogowa z łososiem i koperkiem (*4*7) 80g Dżem truskawkowy 25g Cukinia gotowana 100g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	112 40 14 263 116	Pasta rybno-twarogowa z łososiem i koperkiem (*4*7) 80g Dżem truskawkowy 25g Cukinia gotowana 100g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	112 40 14 263 116	Pasta rybno-twarogowa z łososiem i koperkiem (*4*7) 80g Jajo gotowane 1szt./50g(*3) Rzodkiew biała tarta 100g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata bez cukru 250ml	112 70 14 221 116	Mięso drobiowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	511
Noce	Kanapka tostowa razowa z szynką, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Sok buraczano-jabłkowy 300ml	90 111	Kanapka tostowa pszenna z szynką, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Sok buraczano-jabłkowy 300ml	90 111	Kanapka tostowa pszenna z szynką, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Sok buraczano-jabłkowy 300ml	90 111	Kanapka tostowa razowa z szynką, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Sok buraczano-jabłkowy 300ml	160 111		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2475 Białko ogółem [g]: 102,34 Tłuszcz[g]: 82,87 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 329,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 32,09 Sól [g]: 4,22		Wartość energet. [kcal] 2477 Białko ogółem [g]: 95,63 Tłuszcz[g]: 78,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 337,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:29,99 Sól [g]: 4,11		Wartość energet. [kcal] 2477 Białko ogółem [g]: 95,63 Tłuszcz[g]: 78,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 337,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:29,99 Sól [g]: 4,11		Wartość energet. [kcal] 2142 Białko ogółem [g]: 89,19 Tłuszcz[g]: 76,32 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 282,12 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:37,12 Sól [g]: 4,03		Wartość energet. [kcal]2022 Białko ogółem [g] 72,45 Tłuszcz[g] 52,12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 300,34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sól [g] 3,76	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

1.08.2024-10.08.2024

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

Czwartek, 8 sierpnia 2024										
	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1) 350ml Chleb mieszany, ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Jajko w sosie koperkowym (*7*3) 50g/30ml Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 30g Pomidor 80g Sałata 1 liść 5g Herbata b/c 250ml	256 261 116 95 35 17 1	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1) 350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Jajko w sosie koperkowym (*7*3) 50g/30ml Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 30g Pomidor 80g Sałata 1 liść/ 5g Herbatyb/c 250ml	256 263 116 95 35 17 1	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1) 350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 50g Miód 15g Pomidor 80g Sałata 1 liść/ 5g Herbata b/c 250ml	256 263 116 62 40 17 1	Jogurt naturalny 100g *7 Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Jajko w sosie koperkowym (*7*3) 50g/30ml Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 30g Pomidor 80g Sałata 1 liść /5g Herbata bez cukru 250ml	45 221 116 95 35 17 1	Płatki jaglane na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml	589
II śniadanie	Galaretką z owocami bez cukru 123g	100	Galaretką z owocami bez cukru 123g	100	Galaretką z owocami bez cukru 123g	100	Galaretką z owocami bez cukru 123g Pestki słonecznika (+8) 10g	100 54	Jogurt owocowy (*7) 150g	125
Obiad	Zupa pomidorowa na wywarze mięsno warzywnym z ryżem (*7,*9)400ml Fasolka po bretońsku z mięsem wieprzowym (*1*3*7*9) 150g Ziemniaki 200g Surówka z białej kapusty z zieleniną 70g Kalafior gotowany z olejem rzepakowym 50g Kompot wieloowocowy 250ml	265 321 142 75 34 50	Zupa pomidorowa na wywarze mięsno warzywnym z ryżem (*7,*9)400ml Sos drobiowy z warzywami (*1*7) 150g Ziemniaki 200g marchew z masłem 70g Kalafior gotowany z olejem rzepakowym 50g Kompot wieloowocowy 250ml	265 201 142 38 34 50	Zupa pomidorowa na wywarze mięsno warzywnym z ryżem (*7,*9)400ml Sos drobiowy z warzywami (*1*7) 150g Ziemniaki 200g marchew z masłem (*7) 70g Kalafior gotowany z olejem rzepakowym 50g Kompot wieloowocowy 250ml	265 201 142 38 34 50	Zupa pomidorowa na wywarze mięsno warzywnym z ryżem brązowym (*7,*9)500ml Fasolka po bretońsku z mięsem wieprzowym (*1*3*7*9) 150g Ziemniaki 200g Surówka z białej kapusty z zieleniną 70g Kalafior gotowany z olejem rzepakowym 50g Woda 500ml	249 321 142 75 34	Zupa pomidorowa (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml	625 50
Podwieczorek	Mus owocowy z jabłkiem, brzoskwinia i twarogiem bez cukru (*7) 125g	90	Mus owocowy z jabłkiem, brzoskwinia i twarogiem bez cukru (*7) 125g	90	Mus owocowy z jabłkiem, brzoskwinia i twarogiem bez cukru (*7) 125g	90	Grejpfrut 1szt./200g Jogurt naturalny (*7) 100g	108 60	Mus owocowy z jabłkiem, brzoskwinia i twarogiem bez cukru (*7) 125g	90
Kolacja	Makaron z warzywami i piersią z kurczaka na ciepło (*1+9+10) 150g Ser żółty (*7) 20g Ogórek kiszony 100g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	176 70 12 261 116	Makaron z warzywami i piersią z kurczaka na ciepło (*1+9+10) 50g Połędwica sopocka (*6+9+10) 30g Cukinia parzona 100g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	176 32 14 263 116	Makaron z warzywami i piersią z kurczaka na ciepło (*1+9+10) 150g Połędwica sopocka (*6+9+10) 30g Cukinia parzona 100g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	176 32 14 263 116	Makaron pełnoziarnisty z warzywami i piersią z kurczaka na ciepło (*1+9+10) 150g Ser żółty (*7) 20g Ogórek kiszony 100g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	154 70 12 221 116	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	511
Noony	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, połędwicą sopocką ,sałata i papryka (*7*1*6+9+10) 100g Sok jabłkowy 100%/200ml	160 99	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, połędwicą sopocką ,sałata i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Sok jabłkowy 100%/200ml	195 99	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, połędwicą sopocką ,sałata i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Sok jabłkowy 100%/200ml	195 99	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, połędwicą sopocką ,sałata i papryką (*1*7*6+9+10) 100g Sok wielowarzywny 300ml	160 41		

Wartość energet. [kcal] 2762 Białko ogółem [g]: 116,34 Tłuszcz[g]: 89,87 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 329,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 33,09 Sól [g]: 4,22	Wartość energet. [kcal] 2613 Białko ogółem [g]: 97,98 Tłuszcz[g]: 76,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 338,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:26,12 Sól [g]: 4,03	Wartość energet. [kcal]2580 Białko ogółem [g]: 96,04 Tłuszcz[g]: 73,02 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 337,02 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:26,12 Sól [g]: 4,03	Wartość energet. [kcal] 2374 Białko ogółem [g]:95,63 Tłuszcz[g]: 71,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 284,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:31,99 Sól [g]: 4,11	Wartość energet. [kcal]2035 Białko ogółem [g] 73,34 Tłuszcz[g] 55,32 w tym nasycone [g] 22,23 Węglowodany ogółem [g] 302,34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sól [g] 3,76
---	--	---	---	--

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

1.08.2024-10.08.2024

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

Piątek, 9 sierpnia 2024										
	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal
Śniadanie	Ryż biały na mleku (*7)350ml	255	Ryż biały na mleku (*7)350ml	255	Ryż biały na mleku (*7)350ml	255	Jabłko 1 szt	75	Ryż na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	589
	Pasta twarogowo-pomidorowa (*7) 70g	92	Pasta twarogowo-pomidorowa (*7) 70g	92	Pasta twarogowo-pomidorowa (*7) 70g	92	Pasta twarogowo-pomidorowa (*7) 70g	112		
	Miód 15g	40	Miód 15g	40	Miód 15g	40	Polewka sopočka (*6+9+10) 20g	35		
	Papryka 80g	20	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Papryka 80g	20		
	Sałata 1 liść/5g	1	Sałata 1 liść /5g	1	Sałata 1 liść	1	Sałata 1 liść	1		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	221	Herbata z cukrem 250ml	
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116		
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml			
II śniadanie	Pomarańcza 1szt./150g	112	Banan 1szt./120g	110	Banan 1szt./120g	110	Pomarańcza 1szt./150g	112	Sok pomidorowy 300ml	36
							Migdały (*8) 10g	62		
Obiad	Zupa wiejska na wywarze mięsno-warzywnym z zacierką (*1*3*7,*9) 400ml	218	Zupa wiejska na wywarze mięsno-warzywnym z zacierką (*1*3*7,*9) 400ml	218	Zupa wiejska na wywarze mięsno-warzywnym z zacierką (*1*3*7,*9) 400ml	218	Zupa wiejska na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7,*9) 400ml	201	Zupa wiejska (*7*9), ziemniaki, ryba na parze (*4), szpinak, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
	Kotlet rybny z mintaja panierowany smażony (*1,*4,*3) 90g	285	Pulpet z mintaja parowany z koperkiem i masłem (*1,*4*3) 90g	198	Pulpet z mintaja parowany z koperkiem parowany i masłem (*1,*4,*3) 90g	198	Pulpet rybny z koperkiem i masłem parowany (*1,*4,*3) 90g	198		
	Surówka z kapusty kiszzonej z olejem rzepakowym 70g	54	Włoszczyzna na gęsto (*1*7) 70g	43	Włoszczyzna na gęsto (*1,*4,*3) 90g	43	Surówka z kapusty kiszzonej z olejem rzepakowym 70g	54		
	Sałata z oliwą 50g	36	Sałata z oliwą 50g	36	Włoszczyzna na gęsto (*1*7) 70g	43	Sałata z oliwą 50g	36		
	Ziemniaki gotowane 200g	142	Ziemniaki gotowane 200g	142	Sałata z oliwą 50g	36	Ziemniaki gotowane 200g	142		
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Ziemniaki gotowane 200g	142	Woda 500ml	50	Kompot owocowy 250ml	50
Podwie	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	156	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	156	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	156	Serek homogenizowany naturalny (*7) 150g	145	Serek homogenizowany naturalny (*7) 150g	145
							Otręby pszenne (*1) 10g	35		
Kolacja	Leczo warzywne z cukini z olejem rzepakowym 150g	132	Leczo warzywne z cukini z olejem rzepakowym 150g	132	Leczo warzywne z cukini z olejem rzepakowym 150g	132	Leczo warzywne z cukini z olejem rzepakowym 150g	132	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	511
	Ser żółty (*7)20g	70	Szynka drobiowa (*1+6+7+9) 20g	19	Szynka drobiowa (*1+6+7+9) 20g	19	Szynka drobiowa (*1+6+7+9) 20g	19		
	Ogórek 50g	6	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Ogórek 50g	6		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g	221		
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116		
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c250ml		Herbata b/c 250ml			
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, mozzarella, sałatą i papryką (*7*1*6+9+10) 100g	160	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarella, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	195	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarella, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	195	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, mozzarella, sałatą i papryką (*1*7*6+9+10) 100g	160		
	Sok pomidorowy 300ml	36	Sok pomidorowy 300ml	36	Sok pomidorowy 300ml	36	Sok pomidorowy 300ml	36		

WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2473	Wartość energet. [kcal] 2317	Wartość energet. [kcal] 2297	Wartość energet. [kcal] 2089	Wartość energet. [kcal] 1988
	Białko ogółem [g]: 101,04	Białko ogółem [g]: 90,34	Białko ogółem [g]: 88,22	Białko ogółem [g]: 86,54	Białko ogółem [g]: 65,45
	Tłuszcz [g]: 80,12	Tłuszcz [g]: 69,45	Tłuszcz [g]: 67,12	Tłuszcz [g]: 69,31	Tłuszcz [g]: 45,12
	w tym tłuszcze nasycone [g]: 20,56	w tym tłuszcze nasycone [g]: 19,56	w tym tłuszcze nasycone [g]: 15,56	w tym tłuszcze nasycone [g]: 19,03	w tym nasycone [g]: 19,23
	Węglowodany ogółem [g]: 322,23	Węglowodany ogółem [g]: 330,34	Węglowodany ogółem [g]: 329,98	Węglowodany ogółem [g]: 279,12	Węglowodany ogółem [g]: 280,34
w tym cukry [g]: 46,245	w tym cukry [g]: 50,245	w tym cukry [g]: 50,245	w tym cukry [g]: 41,64	w tym cukry [g]: 30,22	
Błonnik [g]: 31,12	Błonnik [g]: 23,35	Błonnik [g]: 26,12	Błonnik [g]: 34,99	Błonnik [g]: 22,45	
Sól [g]: 4,67	Sól [g]: 4,03	Sól [g]: 4,03	Sól [g]: 4,11	Sól [g]: 3,76	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

1.08.2024-10.08.2024

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

Sobota, 10 sierpnia 2024										
	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal
Śniadanie	Płatki jaglane na mleku (*) 350ml	255	Płatki jaglane na mleku (*)350ml	255	Płatki jaglane na mleku (*)350ml	255	Serek wiejski (*) 200g	194	Płatki jaglane na mleku (*), mleko w proszku (*), miód, bułka pszenna (*) 450ml	589
	Pasztet zapiekany drobiowy z suszonymi pomidorami (*1*3*9+7+6) 50g	156	Półdewica drobiowa z majerankiem (+1+9+10+11) 60g	52	Półdewica drobiowa z majerankiem (+1+9+10+11) 60g	52	Pasztet zapiekany z suszonymi pomidorami (*1*3*9+6) 50g	156		
	Serek kanapkowy śmietankowy (*) 1szt./17g	47	Serek kanapkowy śmietankowy (*) 1szt./17g	47	Serek kanapkowy śmietankowy (*) 1szt./17g	47	Serek kanapkowy śmietankowy (*) 1szt./17g	47		
	Rzodkiew biała tarta 80g	14	Cukinia parzona 80g	14	Cukinia parzona 80g	14	Rzodkiew biała tarta 80g	14		
Sałata 1 liść /5g	1	Sałata 1 liść /5g	1	Sałata 1 liść /5g	1	Sałata 1 liść /5g	1			
Chleb mieszany ziarnisty (*)100g	1	Chleb pszenny (*)100g	263	Chleb pszenny (*)100g	263	Chleb razowy (*)100g	221			
Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g	261	Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g	116			
Herbata b/c 250ml	116	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml				
Herbata 250ml										
II śniadanie	Przecier owocowy z jabłka i truskawki bez cukru 123g	72	Przecier owocowy z jabłka i truskawki bez cukru 123g	72	Przecier owocowy z jabłka i truskawki bez cukru 123g	72	Surówka z marchewki i jabłka z pestkami dyni i olejem rzepakowym 100g	72	Przecier owocowy z jabłka i truskawki bez cukru 123g	72
Obiad	Zupa fasolowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml	321	Zupa jarzynowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami(*7*9) 400ml	201	Zupa jarzynowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml	201	Zupa fasolowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml	321	Zupa jarzynowa (*7,*9), ziemniaki, mięso	625
	Pulpet drobiowo-wieprzowy w sosie własnym (*1*7*9) 90g/50ml	255	Pulpet drobiowo-wieprzowy w sosie własnym (*1*7*9) 90g/50ml	255	Pulpet drobiowo-wieprzowy w sosie własnym (*1*7*9) 90g/50ml	255	Pulpet drobiowo-wieprzowy w sosie własnym (*1*7*9) 90g/50ml	255	wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	50
	Kasza jęczmienna (*) 200g	218	Kasza jęczmienna (*) 200g	218	Kasza jęczmienna (*) 200g	218	Kasza jęczmienna (*) 200g	218		
	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g	45	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g	45	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g	45	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g	45		
	Surówka z białej kapusty 50g	38	Brokuł gotowany 50g	16	Brokuł gotowany 50g	16	Surówka z białej kapusty 50g	38		
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml	38		
Podw	Jogurt owocowy (*) 150g	125	Jogurt owocowy (*) 150g	125	Jogurt owocowy (*) 150g	125	Jogurt naturalny (*) 150g	90	Jogurt owocowy (*) 150g	125
	Pestki słonecznika (*) 10g	54					Pestki słonecznika (*) 10g	54		
Kolacja	Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 50g	56	Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 50g	56	Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 50g	56	Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 50g	56	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*) 450ml	511
	Mozzarella plaster(*)20g	52	Mozzarella plaster(*)20g	52	Mozzarella plaster(*)20g	52	Mozzarella plaster(*)20g	52		
	Pomidor 100g	19	Pomidor 100g	19	Pomidor 100g	19	Pomidor 100g	19		
	Chleb mieszany ziarnisty (*) 100g	261	Chleb pszenny (*) 100g	263	Chleb pszenny (*) 100g	263	Chleb razowy (*) 100g	221		
	Masło śniadaniowe kanapkowe83% (*) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83% (*) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83% (*) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83% (*) 20g	116		
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml				
Nocey	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, połówką drobiową, sałata i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g	143	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, połówką drobiową, sałata i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	178	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, połówką drobiową, sałata i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	178	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, połówką drobiową, sałata i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g	143		
	Sok buraczano-marchwiowy 300ml	111	Sok buraczano-marchwiowy 300ml	111	Sok buraczano-marchwiowy 300ml	111	Sok buraczano-marchwiowy 300ml	111		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2662 Białko ogółem [g]: 118,34 Tłuszcz[g]: 94,54 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 335,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 41,09 Sól [g]: 4,98		Wartość energet. [kcal] 2414 Białko ogółem [g]: 101,98 Tłuszcz[g]: 73,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 352,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:30,12 Sól [g]: 4,12		Wartość energet. [kcal] 2414 Białko ogółem [g]: 101,98 Tłuszcz[g]: 73,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 352,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:30,12 Sól [g]: 4,12		Wartość energet. [kcal] 2449 Białko ogółem [g]:111,98 Tłuszcz[g]: 92,65 w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,03 Węglowodany ogółem[g]: 291,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:45,99 Sól [g]: 4,45		Wartość energet. [kcal]2001 Białko ogółem [g] 72,45 Tłuszcz[g] 56,12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 304,11 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sól [g] 3,98	

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