

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

11.08.2024-20.08.2024

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, 11 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 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) 150g	142	Płatki owsiane na mleku 350ml (*7+1), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	602
	Kiełbaska drobiowa na gorąco (+1+9+10) 100g	285	Kiełbaska drobiowa na gorąco (+1+9+10) 100g	286	Półdzwica sopocka *6+7+8+9+10 60g	96	Kiełbaska drobiowa na gorąco (+1+9+10) 100g	286		
	Kecup (*10) 20g	20	Kecup (*10) 20g	20	Dżem truskawkowy 25g	40	Kecup (*10) 20g	20		
	Rzodkiew biała 80g	14	Pomidor 80g	20	Pomidor 80g	17	Rzodkiew biała 80g	14		
	Salata 1 liść/5g	14	Salata 1 liść/5g	17	Salata 1 liść/5g	1	Salata 1 liść/5g	14		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	1	Chleb pszenny (*1) 100g	1	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	1		
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	261	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	263	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	221		
	Herbata b/c 250ml	116	Herbata b/c 250ml	116	Herbata b/c 250ml	116	Herbata b/c 250ml	116	Herbata 250ml	
II śniadanie	Ciasto drożdżowe(*1*3*7+6) 50g	126	Ciasto drożdżowe(*1*3*7+6) 50g	126	Ciasto drożdżowe(*1*3*7+6) 50g	126	Nektarynka 120g Migdały (+8) 10g	60 62	Sok jabłkowy 300ml	125
Obiad	Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem (*1*3*9) 400ml	186	Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem (*1*3*9) 400ml	186	Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem (*1*3*9) 400ml	186	Rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem razowym (*1*3*9) 400ml	184	Rosół (*9) ziemniaki, mięso drobiowe , mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
	Udko z kurczaka pieczone (*9) 150g	254	Udko z kurczaka gotowane w sosie koperkowym (*1,*7,*9) 150g/30ml	194	Udko z kurczaka gotowane w sosie koperkowym (*1,*7,*9) 150g/30ml	194	Udko z kurczaka gotowane w sosie koperkowym (*1,*7,*9) 150g/30ml	194		
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Kompot owocowy 250ml	50
	Surówka z czerwonej kapusty i marchwi z olejem rzepakowym 70g	54	Cukinia gotowana z masłem (*7) 70g	36	Cukinia gotowana z masłem (*7)70g	36	Surówka z czerwonej kapusty i marchwi z olejem rzepakowym 70g	54		
	Marchewka gotowana 50g	17	Marchewka gotowana 50g	17	Marchewka gotowana 50g	17	Surówka z marchwi 50g	15		
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml	15		
Podwie	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	Salatka ze świeżych warzyw z fetą i olejem rzepakowym (*7) 150g	76	Mus owocowy z jabłkiem, brzoskwinia i twarogiem bez cukru (*7) 125g	90
Kolacja	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorem (*7) 60g	89	Twarożek z koperkiem (*7) 60g	82	Twarożek z koperkiem (*7) 60g	82	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorem (*7) 60g	89	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	545
	Szynka drobiowa (*1+6+9) 20g	19	Szynka drobiowa (*1+6+9) 20g	19	Szynka drobiowa (*1+6+9) 20g	19	Szynka drobiowa (*6+7+9) 20g	19		
	Ogórek 100g	12	Pomidor 100g	19	Pomidor 100g	19	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	116	Herbata b/c 250ml	116	Herbata b/c 250ml	116	Herbata b/c 250ml	116		
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, połówką wieprzową, sałatą i papryką (*1*6+9+10) 100g	143	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, połówką wieprzową, sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	154	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, połówką wieprzową, sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	154	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, połówką wieprzową, sałatą i papryką (*1*6+9+10) 100g	143		
	Sok wielowarzywny 200ml	41	Sok wielowarzywny 200ml	41	Sok wielowarzywny 200ml	41	Sok wielowarzywny 200ml	41		

WARTOŚCI ODŻYWCZE

Wartość energet. [kcal] 2497
Białko ogółem [g]: 112,26
Tłuszcz[g]: 81,04
w tym tłuszcze nasycone[g]: 30,03
Węglowodany ogółem[g]: 331,27
w tym cukry[g]: 57,64
Błonnik[g]: 34,72
Sól [g]: 4,76

Wartość energet. [kcal] 2437
Białko ogółem [g]: 102,66
Tłuszcz[g]: 78,12
w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05
Węglowodany ogółem[g]: 332,054
w tym cukry[g]: 53,19
Błonnik[g]: 30,12
Sól [g]: 4,34

Wartość energet. [kcal] 2296
Białko ogółem [g]: 95,32
Tłuszcz[g]: 71,45
w tym tłuszcze nasycone[g]: 16,05
Węglowodany ogółem[g]: 318,054
w tym cukry[g]: 50,54
Błonnik[g]: 20,02
Sól [g]: 4,23

Wartość energet. [kcal] 2187
Białko ogółem [g]: 98,89
Tłuszcz[g]: 82,65
w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03
Węglowodany ogółem[g]: 300,82
w tym cukry[g]:47,23
Błonnik[g]: 46,09
Sól [g]:4,32

Wartość energet. [kcal]2037
Białko ogółem [g] 72,12
Tłuszcz[g]61,45
w tym nasycone [g] 19,23
Węglowodany ogółem [g] 299,34
W tym cukry [g] 33,11
Błonnik[g] 22,45
Sól [g] 3,97

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

11.08.2024-20.08.2024

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, 12 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	Poledwica sopocka (*6+9+10) 40g	45	Płatki jaglane na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	602
	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		
	Mozarella plastry (*) 20g	56	Mozarella plastry(*) 20g	56	Mozarella plastry(*) 20g	56	Mozarella plastry (*) 20g	56		
	Papryka 80g	20	Cukinia gotowana 80g	14	Cukinia gotowana 80g	14	Pparyka 80g	20		
Salata 1 liść /5g	1	Salata 1 liść /5g	1	Salata 1 liść /5g	1	Salata 1 liść /5g	1			
Chleb mieszany ziarnisty (*)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	1	Chleb razowy (*1)100g	221	Herbata 250ml		
Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g	263	Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g	116			
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml	116	Herbata b/c 250ml				
II śniadanie	Galaretka z owocami bez cukru 123g	100	Galaretka z owocami bez cukru 123g	100	Galaretka z owocami bez cukru 123g	100	Galaretka z owocami bez cukru 123g Pestki słonecznika (+8) 10g	100 54	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	154
Obiad	Kapuśniak na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml	235	Zupa wiejska na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 500ml	212	Zupa wiejska na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml	212	Kapuśniak na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml	235	Zupa wiejska (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
	Sos po chińsku z kurczakiem i warzywami (*1*7) 150g	231	Sos drobiowy z warzywami (*1*7*9) 150g	201	Sos drobiowy z warzywami (*1*7*9) 150g	201	Sos po chińsku z kurczakiem i warzywami (*1*7) 150g	231		
	Ryż biały 200g	260	Ryż biały 200g	260	Ryż biały 200g	260	Ryż brązowy 200g	236		
	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g	45	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g	45	Buraczki tarte 70g	45	Surówka z buraka i jabłka 70g	44		
	Kalafior gotowany 50g	14	Kalafior gotowany 50g	14	Kalafior gotowany 50g	14	Kalafior gotowany 50g	14	Kompot wieloowocowy 250ml	50
	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Woda 500ml	50		
Podwie	Jogurt owocowy (*7) 150g	125	Jogurt owocowy (*7) 150g	125	Jogurt owocowy (*7) 150g	125	Jogurt naturalny (*7) 150g Pestki dyni (*8) 10g	90 58	Jogurt owocowy (*7) 150g	125
Kolacja	Paszтет zapekany drobiowy (*1*3*9+7+6) 50g	156	Poledwica sopocka (*6+9+10+11) 60g	65	Poledwica sopocka (*6+9+10+11) 60g	65	Paszтет zapekany drobiowy (*1*3*9+7+6) 50g	156	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	545
	Serek śmietankowy 1szt./17g(*) 7	47	Serek śmietankowy 1szt./17g(*) 7	47	Serek śmietankowy 1szt./17g(*) 7	47	Serek śmietankowy 1szt./17g(*) 7	47		
	Pomidor 100g	19	Pomidor 100g	19	Pomidor 100g	19	Pomidor 100g	19		
	Chleb mieszany ziarnisty (*) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	221		
	Masło śniadaniowe 82% (*) 20g	116	Masło śniadaniowe 82% (*) 20g	116	Masło śniadaniowe 82% (*) 20g	116	Masło śniadaniowe 82% (*) 20g	116		
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml				
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, poledwicą wieprzową, sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g	143	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwicą drobiową, sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	154	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwicą drobiową, sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	154	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, poledwicą wieprzową, sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g	143		
	Sok pomidorowy 300ml	36	Sok pomidorowy 300ml	36	Sok pomidorowy 300ml	36	Sok pomidorowy 300ml	36		

WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2689 Białko ogółem [g]: 131,26 Tłuszcz[g]: 92,04 w tym tłuszcze nasycone[g]: 28,03 Węglowodany ogółem[g]: 341,27 w tym cukry[g]: 57,64 Błonnik[g]: 39,72 Sól [g]: 4,93	Wartość energet. [kcal] 2503 Białko ogółem [g]: 119,54 Tłuszcz[g]: 76,02 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 339,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 28,12 Sól [g]: 4,3	Wartość energet. [kcal]2498 Białko ogółem [g] 120,23 Tłuszcz[g] 73,12 w tym nasycone [g] 14,234 Węglowodany ogółem [g] 338,08 W tym cukry [g] 49,98 Błonnik[g] 27,24 Sól [g] 4,01	Wartość energet. [kcal] 2385 Białko ogółem [g]: 118,34 Tłuszcz[g]:82,59 w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,04 Węglowodany ogółem[g]: 310,67 w tym cukry[g]:37,34 Błonnik[g]:42,78 Sól [g]: 4,11	Wartość energet. [kcal]2101 Białko ogółem [g] 72,12 Tłuszcz[g] 59,98 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 283,12 W tym cukry [g] 33,02 Błonnik[g] 24,11 Sól [g] 3,82
-------------------	---	---	--	--	--

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

11.08.2024-20.08.2024

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, 13 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	
I 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 (*7) 100g	60	Płatki owsiane na mleku (*7+1)	602	
	Ser żółty (*7) 50g	174	Pasta twarogowa z zieleciną (*7)60g	82	Pasta twarogowa z zieleciną (*7)60g	82	Pasta twarogowa z zieleciną (*7)60g	82	mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1)		
	Szynka drobiowa(*1+6+9+10)20g/ 1 plaster	19	Szynka drobiowa(*1+6+9+10)20g/ 1 plaster	19	Szynka drobiowa(*1+6+9+10)20g / 1 plaster	19	Szynka drobiowa(*1+6+9+10)20g / 1 plaster	19	450ml		
	Ogórek 80g	12	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Ogórek 80g	12	Herbata 250ml		
	Sałata 1 liść /5g	1	Sałata 1 liść /5g	1	Sałata 1 liść /5g	1	Sałata 1 liść /5g	1			
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g	221			
	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./200g	112	Banan 1szt./120g	110	Banan 1szt./120g	110	Pomarańcza 1szt./200g Pestki dyni (+8) 10g	112 58	Serek wiejski (*7) 150g	142
	Obiad	Zupa kalafiorowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml	223	Zupa kalafiorowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml	223	Zupa kalafiorowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml	223	Zupa kalafiorowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml	223	Zupa kalafiorowa (*7,*9), ziemniaki, mięso wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
Pierogi ruskie z farszem twarogowo-ziemniaczanym okraszone cebulką (*1*3*7) 6szt./250g		545	Pierogi ruskie z farszem twarogowo-ziemniaczanym okraszone masłem (*1*3*7) 6szt./250g	545	Pierogi ruskie z farszem twarogowo-ziemniaczanym okraszone masłem (*1*3*7) 6szt./250g	545	Pierogi ruskie z farszem twarogowo-ziemniaczanym okraszone masłem (*1*3*7)6szt./250g	545	Kompot wieloowocowy 250ml	50	
Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 70g		42	Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 70g	42	Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 70g	42	Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 70g	42			
Brokuł gotowany 50g		16	Brokuł gotowany 50g	16	Brokuł gotowany 50g	16	Brokuł gotowany 50g	16			
Kompot owocowy 250ml		50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml				
Poodwiecz	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	Serek wiejski (*7) 150g Otręby pszenne (*1) 10g	142 35	Przecier owocowy z jabłka i truskawki bez cukru 123g	72	
Kołacja	Szynkowa dębowa drobiowa (+6+9+10) 50g	56	Szynkowa dębowa drobiowa (+6+9+10) 50g	56	Szynkowa dębowa drobiowa (+6+9+10) 50g	56	Szynkowa dębowa drobiowa (+6+9+10) 50g	56	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	545	
	Miód 15g	40	Miód 15g	40	Miód 15g	40	Ser żółty (*7)20g	70			
	Rzodkiew biała tarta 50g	7	Cukinia gotowana 50g	7	Cukinia gotowana 50g	7	Rzodkiew biała tarta 50g	7			
	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 kanapkowe83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Herbata 250ml		
Noce	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, mozzarellą, sałatą i ogórkiem (*7*1*6+9+10) 100g	160	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	175	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	175	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, mozzarellą, 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] 2571 Białko ogółem [g]: 119,34 Tłuszcz[g]: 84,87 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 332,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 42,09 Sól [g]: 4,22		Wartość energet. [kcal] 2501 Białko ogółem [g]: 112,04 Tłuszcz[g]: 79,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 335,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:30,12 Sól [g]: 4,03		Wartość energet. [kcal] 2501 Białko ogółem [g]: 112,04 Tłuszcz[g]: 79,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 335,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:30,12 Sól [g]: 4,03		Wartość energet. [kcal] 2357 Białko ogółem [g]: 110,11 Tłuszcz[g]: 74,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 310,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:39,99 Sól [g]: 4,12		Wartość energet. [kcal]2036 Białko ogółem [g] 66,45 Tłuszcz[g] 55.12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 290.34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sól [g] 3,76		

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

11.08.2024-20.08.2024

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, 14 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	Kefir (*7) 200ml	102	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1),	602
	Chleb mieszany, ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	221	jęczmienne na mleku (*7*1),	
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	mleko w proszku (*7),	
	Jajko w sosie koperkowym (*7*3) 50g/30ml	95	Jajko w sosie koperkowym (*7*3) 50g/30ml	95	Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 50g	116	Jajko w sosie koperkowym (*7*3) 50g/30ml	95	miód, bułka pszenna (*1)	
	Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 30g	35	Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 30g	35	Serek śmietankowy 1szt./17g (*7)	62	Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 30g	35	450ml	
	Pomidor 80g	35	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	47	Pomidor 80g	17	Herbata 250ml	
	Sałata 1 liść 5g	17	Sałata 1 liść/ 5g	1	Sałata 1 liść/ 5g	17	Sałata 1 liść/ 5g	1		
	Herbata b/c 250ml	1	Herbatab/c 250ml		Herbata b/c 250ml	1	Herbata bez cukru 250ml			
	II śniadanie	Brzoskwinia 100g	45	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Brzoskwinia 100g Pestki słonecznika (+8) 10g	45 54	Mus owocowy 100%/100g
Obiad	Zupa jarzynowa na wywarze warzywno-mięsny z ziemniakami (*7*9) 400ml	235	Zupa jarzynowa na wywarze warzywno-mięsny z ziemniakami(*7*9) 400ml	235	Zupa ziemniaczana na wywarze warzywno-mięsny (*7*9) 400ml	187	Zupa jarzynowa na wywarze warzywno-mięsny z ziemniakami(*7*9) 400ml	235	Zupa ziemniaczana (*7*9)	625
	Gulasz z szynki wieprzowej i warzyw (*1*7*9) 150g	245	Gulasz z szynki wieprzowej i warzyw (*1*7*9) 150g	245	Gulasz z szynki wieprzowej i warzyw (*1*7*9) 150g	245	Gulasz z szynki wieprzowej i warzyw (*1*7*9) 150g	245	ziemniaki, mięso wieprzowe ,	
	Kluski śląskie (*1*3) 200g	260	Kluski śląskie (*1*3) 200g	260	Kluski śląskie (*1*3) 200g	260	Kasza gryczana 200g	242	mleko w proszku (*7),	
	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g	45	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g	45	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 100g	45	Surówka z buraczka i jabłka z olejem rzepakowym 70g	44	śmietana (*7)	
	Sałata z oliwą 50g	36	Sałata z oliwą 50g	36	Sałata z oliwą 50g	36	Sałata z oliwą z oliwek 50g	36	450ml	
	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Woda 500ml	50	Kompot owocowy 250ml	50
Podwieczorek	Ciastka zbożowe z owocami leśnymi (*1) 125g	116	Galaretką z owocami bez cukru 123g	100	Galaretką z owocami bez cukru 123g	100	Jogurt naturalny (*7) 150g Migdały (*8) 10g	90 62	Jogurt naturalny (*7) 150g	90
Kolacja	Twarożek z koperkiem (*7) 60g	86	Twarożek z koperkiem (*7) 60g	86	Twarożek z koperkiem (*7) 60g	86	Twarożek z koperkiem (*7) 60g	86	Mięso wieprzowe,	545
	Dżem truskawkowy 25g	40	Dżem truskawkowy 25g	40	Dżem truskawkowy 25g	40	Szynka drobiowa (*6+7+9) 30g	29	jajko(*3), seler(*9),	
	Papryka 50g	10	Cukinia parzona 50g	7	Cukinia parzona 50g	7	Papryka 50g	10	marchew,	
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g	221	pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1)	
	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	450ml	
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata 250ml	
Nocey	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, wędliną drobiową , sałatą i ogórkiem (*7*1*6+9+10) 100g	143	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, wędliną drobiową , sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	154	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, wędliną drobiową sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	154	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, wędliną drobiową , sałatą i ogórkiem (*1*7*6+9+10) 100g	143		
	Sok pomidorowy 300ml	36	Sok pomidorowy 300ml	36	Sok pomidorowy 300ml	36	Sok pomidorowy 300ml	36		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2505 Białko ogółem [g]: 109,76 Tłuszcz[g]: 84,34 w tym tłuszcze nasycone[g]: 30,23 Węglowodany ogółem[g]: 333,56 w tym cukry[g]: 58,23 Błonnik[g]: 36,03 Sól [g]: 3,76		Wartość energet. [kcal] 2510 Białko ogółem [g]: 107,02 Tłuszcz[g]: 71,97 w tym tłuszcze nasycone[g]: 25,11 Węglowodany ogółem[g]: 342,12 w tym cukry[g]: 58,45 Błonnik[g]: 25,03 Sól [g]: 3,12		Wartość energet. [kcal] 2441 Białko ogółem [g]: 100,12 Tłuszcz[g]: 68,11 w tym tłuszcze nasycone[g]: 25,11 Węglowodany ogółem[g]: 344,12 w tym cukry[g]: 58,45 Błonnik[g]: 25,03 Sól [g]: 3,12		Wartość energet. [kcal] 2278 Białko ogółem [g]: 102,23 Tłuszcz[g]: 70,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,03 Węglowodany ogółem[g]: 310,82 w tym cukry[g]:41,23 Błonnik[g]: 36,09 Sól [g]:2,99		Wartość energet. [kcal]1966 Białko ogółem [g] 69,45 Tłuszcz[g] 64.12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 291.34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sól [g] 3,76	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

11.08.2024-20.08.2024

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, 15 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)	Kc al
Śniadanie	Ryż biały na mleku (*7)350ml Paszтет zapiekany drobiowy z suszonymi pomidorami (*1*3*9+7+6) 50g Ser żółty(*7) 20g Ogórek kiszony 80g Sałata 1 liść /5g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	255 156 70 12 1 261 116	Ryż biały na mleku (*7)350ml Połędwica drobiowa z majerankiem (+1+9+10+11) 60g mozarella plastry *7/20g Cukinia parzona 80g Sałata 1 liść /5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	255 52 56 14 1 263 116	Ryż biały na mleku (*7)350ml Połędwica drobiowa z majerankiem (+1+9+10+11) 60g Mozarella plastry *7/20g Cukinia parzona 80g Sałata 1 liść /5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	255 52 56 14 1 263 116	Polędwica drobiowa z majerankiem (+1+9+10+11) 30g Paszтет zapiekany z suszonymi pomidorami (*1*3*9+6) 50g Ser żółty (*7) 20g Ogórek kiszony 80g Sałata 1 liść /5g Chleb razowy (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	28 156 70 12 1 221 116	Ryż na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bulka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml	602
II śniadanie	Jabłko 150g	75	Jogurt owocowy (*7) 150g	125	Jogurt owocowy (*7) 150g	125	Jabłko 150g Pestki dyni (+8) 10g	75 58	Jogurt owocowy (*7) 150g	125
Obiad	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno- warzywnym z zacierką (*1*3*7*9)400ml Kotlet drobiowy panierowany smażony(*1*3) 100g ziemniaki 200g Surówka z białej kapusty z koperkiem i olejem rzepakowym 70g Cukinia gotowana 50g Kompot owocowy 250ml	223 311 142 54 17 50	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno- warzywnym z zacierką (*1*3*7*9)400ml Gotowana pierś z kurczaka z masłem i koperkiem (*7) 100g ziemniaki 200g Włoszczyzna na gęsto słupki (*1*7) 70g Cukinia gotowana 50g Kompot owocowy 250ml	223 189 142 45 17 50	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno- warzywnym z zacierką (*1*3*7*9)400ml Gotowana pierś z kurczaka z masłem i koperkiem (*7) 100g ziemniaki 200g Włoszczyzna na gęsto słupki (*1*7) 70g Cukinia gotowana 50g Kompot owocowy 250ml	223 189 142 45 17 50	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno- warzywnym z makaronem razowym (*7*9) 500ml Gotowana pierś z kurczaka z masłem i koperkiem (*7) 100g ziemniaki 200g Surówka z białej kapusty z koperkiem z olejem rzepakowym 70g Cukinia gotowana 50g Woda 500ml	202 189 142 54 17	Zupa szpinakowa (*1*3*7*9), ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wielooowocowy 250ml	625 50
Podwie	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g Otręby (*1) 10g	142 35	Serek wiejski (*7) 150g	142
Kolacja	Risotto na ciepło z warzywami i piersią z kurczaka (*9) 150g Serek śmietankowy (*7) 17g/1szt. Pomidor 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	152 47 9 261 116	Risotto na ciepło z warzywami i piersią z kurczaka (*9) 150g Serek śmietankowy (*7) 17g/1szt. Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	152 47 9 263 116	Risotto na ciepło z warzywami i piersią z kurczaka (*9) 150g Serek śmietankowy (*7) 17g/1szt. Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	152 47 9 263 116	Risotto z ryżu brązowego na ciepło z warzywami i piersią z kurczaka (*9) 150g Serek śmietankowy (*7) 17g/1szt. Pomidor 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	148 47 9 221 116	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszką, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	545
Nočný	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, połędwicą drobiową, sałata i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Brzoskwinia 1szt./100g	143 45	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, połędwicą drobiową, sałata i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Brzoskwinia 1szt./100g	154 45	Kanapka pszenna z mix roślinnym, połędwicą drobiową, sałata i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Brzoskwinia 1szt./100g	154 45	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, połędwicą drobiową, sałata i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Brzoskwinia 1szt./100g	143 45		

WARTOŚCI ODŻWICZWE	Wartość energet. [kcal] 2658 Białko ogółem [g]: 125,34 Tłuszcz[g]: 85,87 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 335,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 45,09 Sól [g]: 4,89	Wartość energet. [kcal] 2476 Białko ogółem [g]: 119,98 Tłuszcz[g]: 75,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 332,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:32,12 Sól [g]: 4,12	Wartość energet. [kcal] 2476 Białko ogółem [g]: 119,98 Tłuszcz[g]: 75,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 332,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:32,12 Sól [g]: 4,12	Wartość energet. [kcal] 2251 Białko ogółem [g]:109,63 Tłuszcz[g]: 78,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 316,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:40,99 Sól [g]: 4,11	Wartość energet. [kcal]2089 Białko ogółem [g] 77,45 Tłuszcz[g] 65,34 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 302,34 W tym cukry [g] 31,22 Błonnik[g] 24,45 Sól [g] 3,98
--------------------	---	---	---	--	---

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

11.08.2024-20.08.2024

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, 16 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 (*7)350ml	255	Płatki jaglane na mleku (*7)350ml	255	Płatki jaglane na mleku (*7)350ml	255	Jogurt naturalny (*7) 100g	60	Płatki jaglane na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	602
	Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 70g	112	Pasta jajeczna z koperkiem(*3) 70g	102	Pasta z białek jaj z koperkiem (*3) 70g	82	Szynka z indyka 75%(*9*10) 20g	112	Herbata z cukrem 250ml	
	Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g	40	Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g	40	Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g	40	Pomidor 80g	17		
	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Salata 1 liść	1		
	Salata 1 liść/5g	1	Salata 1 liść /5g	1	Salata 1 liść	1	Chleb razowy (*1) 100g	221		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	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 Pestki słonecznika (+8) 10g	112 54	Sok buraczano-jabłkowy 300ml	111
Obiad	Zupa pomidorowa na wywarze mięsno-warzywnym z ryżem (*7*9) 400ml	265	Zupa pomidorowa na wywarze mięsno-warzywnym z ryżem (*7*9) 400ml	265	Zupa pomidorowa na wywarze mięsno-warzywnym z ryżem (*7*9) 400ml	265	Zupa pomidorowa na wywarze mięsno-warzywnym z brązowym ryżem brązowym (*1*7*9) 400ml	249	Zupa pomidorowa (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
	Filet rybny z mintaja panierowany i smażony (*1*3*4) 100g	274	Filet rybny z mintaja parowany z masłem i koperkiem (*4*7) 100g	210	Filet rybny z mintaja parowany z masłem i koperkiem (*4*7) 100g	210	Filet rybny z mintaja parowany z masłem i koperkiem (*4*7) 100g	210	Kompot wieloowocowy 250ml	50
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142		
	Surówka z kiszzonej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 70g	52	Cukinia gotowana 70g	22	Cukinia gotowana 70g	22	Surówka z kiszzonej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 70g	52		
	Brokuł gotowany 50g	16	Brokuł gotowany 50g	17	Brokuł gotowany 50g	17	Brokuł gotowany 50g	17		
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml			
Podwiecz	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	Deser z przetartych owoców bez cukru 100%/120g Migdały (*8) 10g	71 62	Deser z przetartych owoców bez cukru 100%/120g	71
Kolacja	Pasta twarogowo-pomidorowa (*7) 50g	66	Pasta twarogowo-pomidorowa (*7) 50g	66	Pasta twarogowo-pomidorowa (*7) 50g	66	Pasta twarogowo-pomidorowa (*7) 50g	66	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	545
	Polędwica drobiowa (*1+6+9+10) 20g	19	Polędwica drobiowa (*1+6+9+10) 20g	19	Polędwica drobiowa (*1+6+9+10) 20g	19	Polędwica drobiowa (*1+6+9+10) 20g	19	Herbata 250ml	
	Ogórek kiszony 50g	6	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	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		
	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 serem mozzarella , sałatą, papryką i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	160	Kanapka tostowa pszenna z serem mozzarella , sałatą i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	175	Kanapka tostowa pszenna z serem mozzarella , sałatą i masłem (*1*7+6+9+10)1szt.	175	Kanapka tostowa razowa z serem mozzarella , sałatą ,papryką i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	160		
	Sok wielowarzywny 200ml	41	Sok wielowarzywny 200ml	41	Sok wielowarzywny 200ml	41	Sok wielowarzywny 200ml	41		

WARTOŚCI ODŻYWCZE	Dieta podstawowa(1) (C1)	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Dieta papkowata(12)
Wartość energet. [kcal]	2453	2370	2350	2124	2004
Białko ogółem [g]	123,04	112,34	111,22	102,99	65,45
Tłuszcz[g]:	76,12	68,45	68,12	60,123	45,12
w tym tłuszcze nasycone[g]:	20,56	19,56	15,56	19,03	19,23
Węglowodany ogółem[g]:	324,23	331,34	330,98	292,12	280,34
w tym cukry[g]:	46,245	50,245	50,245	41,64	30,22
Błonnik[g]:	39,12	32,35	30,12	40,11	22,45
Sól [g]:	4,67	4,03	4,03	4,11	3,76

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSILEK MSWiA Poliklinika

11.08.2024-20.08.2024

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, 17 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 owsiane na mleku (*7+1)350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml	247	Kefir (*7) 200ml	104	Płatki owsiane na mleku (*7+1) , mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	602
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	221		
II śniadanie	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116		
	Kiełbasa szynkowa wieprzowa z szynki (+1+9+10) 60g	62	Kiełbasa szynkowa wieprzowa z szynki (+1+9+10) 60g	62	Kiełbasa szynkowa wieprzowa z szynki (+1+9+10) 60g	62	Kiełbasa szynkowa wieprzowa z szynki (+1+9+10) 60g	62	Herbata 250ml	
	Mozzarella plastry (*7) 20g	56	Mozzarella plastry (*7) 20g	56	Mozzarella plastry (*7) 20g	56	Mozzarella plastry (*7) 20g	56		
	Papryka 80g	20	Pomidor 80g	17	20g	17	Papryka 80g	20		
	Salata 1 liść /5g	1	Salata 1 liść/5g	1	Pomidor 80g	17	Salata 1 liść/5g	1		
	Herbata b/c 250ml	1	Herbata b/c 250ml	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	Herbata bez cukru 250ml	1		
Mus owocowy bez cukru 100%/ 100ml	54	Mus owocowy cukru 100%/ 100ml	54	Mus owocowy bez cukru 100%/100ml	54	Mus owocowy bez cukru 100%/ 100ml	54	Mus owocowy bez cukru 100%/100ml	54	
Obiad	Zupa z ciecierzycy na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml	284	Zupa ziemniaczana na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml	178	Zupa ziemniaczana na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml	242	Zupa z ciecierzycy na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml	284	Zupa ziemniaczana (*7*9), ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
	Gulasz drobiowy w sosie koperkowym (*1*7*9) 150g	201	Gulasz drobiowy w sosie koperkowym (*1*7*9) 150g	201	Gulasz drobiowy w sosie koperkowym (*1*7*9) 150g	201	Gulasz drobiowy w sosie koperkowym (*1*7*9) 150g	201	Kompot owocowy 250ml	
	Kasza jęczmienna (*1) 200g	218	Kasza jęczmienna (*1) 200g	218	Kasza jęczmienna (*1) 200g	218	Kasza jęczmienna (*1) 200g	218		
	Szpinak gotowany z masłem (*7) 70g	33	Kalafior gotowany 50g	14	Szpinak gotowany z masłem (*7) 70g	33	Kalafior gotowany 50g	14		
	Kalafior gotowany 50g	14	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kalafior gotowany 50g	14	Kompot wieloowocowy 250ml	50		
Podwiecz	Ciastka zbożowe z czekoladą(*1) 25g	116	Galaretka z owocami bez cukru 123g	100	Galaretka z owocami bez cukru 123g	100	Serek homogenizowany naturalny (*7) 150g	154	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	154
	Jogurt naturalny *7 100ml	45					Otręby pszenne (*1) 10g	28		
Kolacja	Pasta rybno- jajeczna z łososiem i koperkiem (*4*3) 60g	84	Pasta rybno- jajeczna z łososiem i koperkiem (*4*3) 60g	84	Pasta rybno- jajeczna z łososiem i koperkiem (*4*3) 60g	84	Pasta rybno-jajeczna z łososiem i koperkiem (*4*3) 60g	84	Mięso drobiowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	545
	Miód 1szt./15g	40	Miód 1szt./15g	40	Miód 1szt./ 15g	40	Półędwica sopocka (*6+9+10) 30g	35		
	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	Herbata 250ml	
	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		
Noce	Kanapka tostowa razowa z szynką, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	143	Kanapka tostowa pszenna z szynką, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	154	Kanapka tostowa pszenna z szynką, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	154	Kanapka tostowa razowa z szynką, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt.	143		
	Sok pomidorowy 300ml	36	Sok pomidorowy 300ml	36	Sok pomidorowy 300ml	36	Sok pomidorowy 300ml	36		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2378 Białko ogółem [g]: 112,04 Tłuszcz[g]: 91,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 335,23 w tym cukry[g]: 46,245 Błonnik[g]:39,12 Sól [g]: 4,56		Wartość energet. [kcal] 2315 Białko ogółem [g]: 103,22 Tłuszcz[g]: 72,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 15,02 Węglowodany ogółem[g]: 345,11 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:32,12 Sól [g]: 4,01		Wartość energet. [kcal] 2315 Białko ogółem [g]: 103,22 Tłuszcz[g]: 72,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 15,02 Węglowodany ogółem[g]: 345,11 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:32,12 Sól [g]: 4,01		Wartość energet. [kcal] 2256 Białko ogółem [g]: 107,04 Tłuszcz[g]: 75,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 301,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:42,12 Sól [g]: 4,34		Wartość energet. [kcal]2030 Białko ogółem [g] 69,45 Tłuszcz[g] 58.12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 288.34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sól [g] 3,76	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

11.08.2024-20.08.2024

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) łubin.

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

Niedziela, 18 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	Kasza manna na mleku (*1*7) 400ml	245	Kasza manna na mleku (*1*7) 400ml	245	Kasza manna na mleku (*1*7) 400ml	245	Jabłko 1szt./120g	75	Kasza manna na mleku (*7*1), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	602
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	221		
	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 drobiowa (+6+9+10) 60g	59	Poledwica drobiowa (+6+9+10) 60g	59	Poledwica drobiowa (+6+9+10) 60g	59	Poledwica drobiowa (+6+9+10) 60g	59		
	Serek kanapkowy 1szt./17g(*7)	47	Serek kanapkowy 1szt./17g(*7)	47	Serek kanapkowy 1szt./17g(*7)	47	Serek kanapkowy 1szt./17g(*7)	47		
	Pomidor 80g	20	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Papryka 80g	20	Herbata 250ml	
	Papryka 80g	1	Liść sałaty 5g	1	Liść sałaty 5g	1	Liść sałaty 5g	1		
	Liść sałaty 5g		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata bez cukru 250ml			
	Herbata b/c 250ml									
II śniadanie	Babka drożdżowa(*1*3*7+6) 50g	152	Babka drożdżowa(*1*3*7+6) 50g	152	Babka drożdżowa(*1*3*7+6) 50g	152	Salatka ze ogórka i pomidora z serem feta i olejem rzepakowym (*7) 150g	76	Jogurt naturalny *7 150g	90
Obiad	Rosół z makaronem (*1*3*9) 400ml	189	Rosół z makaronem (*1*3*9) 400ml	189	Rosół z makaronem (*1*3*9) 400ml	189	Rosół z makaronem razowym (*1*3*9) 400ml	186	Rosół (*7,*9), ziemniaki, mięso wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
	500ml		Schab duszony w sosie własnym 100g/50ml(*1*7)	239	Schab duszony w sosie własnym 100g/50ml(*1*7)	239	Schab duszony w sosie własnym 100g/50ml(*1*7)	239		
	Kotlet schabowy panierowany i smażony (*1*3) 100g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142		
	Ziemniaki 200g	45	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g	45	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g	45	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g	45		
	Surówka z buraczka i jabłka z olejem rzepakowym 70g	14	Marchewka gotowana 50g	17	Marchewka gotowana 50g	17	Surówka z buraczka i jabłka z olejem rzepakowym 70g	44	Kompot wieloowocowy 250m	50
Fasolka szparagowa 50g	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Fasolka szparagowa 50g	14			
Kompot owocowy 250ml						Woda 500ml				
Podwie	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	Jogurt naturalny (*7) 150g	90	Mus owocowy z jabłkiem, brzoskwinia i twarogiem bez cukru (*7) 125g	90
							Pestki dyni (+8) 10g	54		
Kolacja	Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym 150g	132	Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym 150g	132	Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym 150g	132	Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym 150g	132	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	545
	Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 50g	55	Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 50g	55	Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 50g	55	Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 50g	55		
	Ogórek 100g	12	Pomidor 100g	14	Pomidor 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/c250ml		Herbata b/c 250ml			
Nocey	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, mozzarellą ,sałatą i papryka (*7*1*6+9+10) 100g	160	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą ,sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	175	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą ,sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	175	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, mozzarellą, sałatą i papryką (*1*7*6+9+10) 100g	160		
	Sok jabłkowy 100%/200ml	99	Sok jabłkowy 100%/200ml	99	Sok jabłkowy 100%/200ml	99	Sok warzywny 300ml	41		
WARTOŚCI ODŻWIWCZE	Wartość energet. [kcal] 2519 Białko ogółem [g]: 113,26 Tłuszcz[g]: 85,04 w tym tłuszcze nasycone[g]: 28,03 Węglowodany ogółem[g]: 333,27 w tym cukry[g]: 57,64 Błonnik[g]: 37,72 Sól [g]: 4,93		Wartość energet. [kcal]2496 Białko ogółem [g]: 99,63 Tłuszcz[g]: 78,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 337,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:31,99 Sól [g]: 4,11		Wartość energet. [kcal]2496 Białko ogółem [g]: 99,63 Tłuszcz[g]: 78,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 337,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:31,99 Sól [g]: 4,11		Wartość energet. [kcal] 2091 Białko ogółem [g]:99,54 Tłuszcz[g]: 72,31 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 299,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:39,99 Sól [g]: 4,11		Wartość energet. [kcal]2002 Białko ogółem [g] 68,45 Tłuszcz[g] 49,12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 294,34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sól [g] 3,76	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSILEK MSWiA Poliklinika

11.08.2024-20.08.2024

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, 19 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 (*7) 350ml	255	Płatki jaglane na mleku (*7) 350ml	255	Płatki jaglane na mleku (*7) 350ml	255	Jogurt naturalny (*7) 100g	60	Płatki jaglane na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	602
	Schab z kija (*6+1+10) 60g	59	Schab z kija (*6+1+10) 60g	59	Schab z kija (*6+1+10) 60g	59	Schab z kija (*6+1+10) 60g	59		
	Dżem truskawkowy 25g		Dżem truskawkowy 25g		Dżem truskawkowy 25g		Ogórek 50g			
	Pomidor 80g	40	Pomidor 80g	40	Pomidor 80g	40	Pomidor 50g	6		
Sałata 1 liść	17	Sałata 1 liść	17	Sałata 1 liść	17	Sałata 1 liść	9			
Chleb pszenny (*1)100g	1	Chleb pszenny (*1)100g	1	Chleb pszenny (*1)100g	1	Chleb razowy (*1)100g	1			
Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	261	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	263	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	263	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	221	Herbata 250ml		
Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g		Herbata b/c 250ml	116	Herbata b/c 250ml	116	Herbata b/c 250ml	116			
Herbata b/c 250ml	116									
II śniadanie	Pomarańcza 200g	112	Jogurt owocowy (*7) 150g	125	Jogurt owocowy (*7) 150g	125	Pomarańcza 200g Pestki słonecznika (+8)10g	112 54	Jogurt owocowy (*7) 150g	125
Obiad	Zupa grochowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*9) 400ml	332	Zupa ziemniaczana na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml	186	Zupa ziemniaczana na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml	186	Zupa grochowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*9) 400ml	332	Zupa ziemniaczana (*7,*9), ziemniaki, mięso wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
	Bitki z szynki wieprzowej duszone w sosie własnym (*1*7) 100g/30ml	286	Bitki z szynki wieprzowej w sosie własnym (*1*7) 100g/30ml	286	Bitki z szynki wieprzowej w sosie własnym (*1*7) 100g/30ml	286	Bitki z szynki wieprzowej w sosie własnym (*1*7) 100g/30ml	286		
	Ryż biały 200g	260	Ryż biały 200g	260	Ryż biały 200g	260	Ryż brązowy 200g			
	Surówka z białej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym i koperkiem 70g	54	Marchewka gotowana z masłem (*7)70g	38	Ryż biały 200g	260	Surówka z białej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym i koperkiem 70g	232	Kompot wieloowocowy 250ml	50
	Szpinak gotowany 50g	11	Szpinak gotowany 50g	11	Marchewka gotowana z masłem (*7)70g	38	Szpinak gotowany 50g	11		
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Szpinak gotowany 50g	11	Woda 500ml			
Kompot owocowy 250ml	50			Kompot owocowy 250ml	50					
Podwiecz	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	154	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	154	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	154	Serek homogenizowany naturalny (*7) 150g Płatki owsiane (+1) 20g	145 74	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	154
Kolacja	Paprykarz szczeciński (*4*9+1+3+7+10) 50g	90	Pasta rybna z morskczuka i koperku(*4*7) 60g	78	Pasta rybna z morskczuka i koperku(*4*7) 60g	78	Paprykarz szczeciński (*4*9+1+3+7+10) 50g	90	Mięso drobiowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	545
	Mozzarella plastry (*7) 20g	56	Mozzarella plastry (*7) 20g	56	Mozzarella plastry (*7) 20g	56	Mozzarella plastry (*7) 20g	56		
	Ogórek kiszony 50g	6	Cukinia parzona 50g	7	Mozzarella plastry (*7) 20g	56	Ogórek kiszony 50g	6		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	6		
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	221		
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata bez cukru 250ml	116	Herbata 250ml	
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, poledwica sopocką, sałatą i papryką (*7*1*6+9+10) 100g	143	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwica sopocką, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	154	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwica sopocką sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	154	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, poledwica sopocką, sałatą i papryką (*1*7*6+9+10) 100g	143		
	36	Sok pomidorowy 300ml	36	Sok pomidorowy 300ml	36	Sok pomidorowy 300ml	36			
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2716 Białko ogółem [g]: 121,76 Tłuszcz[g]: 93,34 w tym tłuszcze nasycone[g]: 30,23 Węglowodany ogółem[g]: 336,56 w tym cukry[g]: 58,23 Błonnik[g]: 42,03 Sól [g]: 4,76		Wartość energet. [kcal] 2571 Białko ogółem [g]: 110,65 Tłuszcz[g]: 82,112 w tym tłuszcze nasycone[g]: 28,30 Węglowodany ogółem[g]: 341,87 w tym cukry[g]: 57,18 Błonnik[g]: 29,72 Sól [g]: 4,12		Wartość energet. [kcal] 2571 Białko ogółem [g]: 110,65 Tłuszcz[g]: 82,112 w tym tłuszcze nasycone[g]: 28,30 Węglowodany ogółem[g]: 341,87 w tym cukry[g]: 57,18 Błonnik[g]: 29,72 Sól [g]: 4,12		Wartość energet. [kcal] 2440 Białko ogółem [g]: 112,34 Tłuszcz[g]: 85,59 w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,04 Węglowodany ogółem[g]: 323,67 w tym cukry[g]: 40,34 Błonnik[g]: 36,78 Sól [g]: 4,24		Wartość energet. [kcal]2101 Białko ogółem [g] 77,45 Tłuszcz[g] 62.12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 295,34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sól [g] 3,99	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

11.08.2024-20.08.2024

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, 20 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 Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 70g Szynka z indyka 75%(*9*10) 20g Pomidor 80g Sałata 1 liść/5g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	256 112 19 17 1 261 116	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1)350ml Pasta jajeczna z koperkiem(*3) 70g Szynka z indyka 75%(*9*10) 20g Pomidor 80g Sałata 1 liść /5g Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	256 102 19 17 1 263 116	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1)350ml Pasta z białek jaj z koperkiem (*3) 70g Szynka z indyka 75%(*9*10) 20g Pomidor 80g Sałata 1 liść Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	256 82 19 17 1 263 116	Serek wiejski (*7) 150g Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 70g Szynka z indyka 75%(*9*10) 20g Pomidor 80g Sałata 1 liść Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	142 112 19 17 1 221 116	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata z cukrem 250ml	602
II śniadanie	Banan 1szt./150g	110	Banan 1szt./150g	110	Banan 1szt./150g	110	Nektarynka 120g Pestki dyni (+8) 10g	60 58	Sok pomidorowy 200ml	28
Obiad	Barszcz z buraków po ukraińsku na wywarze mięsno- warzywnym z fasolą i ziemniakami (*7*9) 400ml Łazanki z mięsem wieprzowym i kapustą (*1*3*9) 300g Jabłko 1szt./150g Sałata z oliwą 50g Kompot owocowy 250ml	325 452 75 38 50	Barszcz czerwony z ziemniakami (*7*9)400ml Makaron z mięsem wieprzowo-drobiowym i warzywami (*1*3*7) 300g Jabłko pieczone 1szt./150g Sałata z oliwą 50g Kompot owocowy 250ml	242 425 75 38 50	Barszcz czerwony z ziemniakami (*7*9)400ml Makaron z mięsem wieprzowo-drobiowym i warzywami (*1*3*7) 300g Jabłko pieczone 1szt./150g Sałata z oliwą 50g Kompot owocowy 250ml	242 425 75 38 50	Barszcz z buraków po ukraińsku na wywarze mięsno- warzywnym z fasolą i ziemniakami (*7*9) 400ml Łazanki z kapustą i mięsem wieprzowym z makaronem pełnoziarnistym (*1*3*9) 350g Jabłko 1szt./150g Sałata z oliwą 50g Woda 500ml	325 415 75 38	Barszcz czerwony (*7*9) ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml	625 50
Podwie	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 Migdały (*8) 10g	90 62	Mus owocowy z jabłkiem, brzoskwinia i twarogiem bez cukru (*7) 125g	90
Kolacja	Polędwica dębowa drobiowa (+6+9+10) 50g Serek kanapkowy twarogowy (*7) 1szt./17g Rzodkiew biała tarta 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	52 47 7 261 116	Polędwica dębowa drobiowa (+6+9+10) 50g Serek kanapkowy twarogowy (*7) 1szt./17g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	52 47 7 263 116	Polędwica dębowa drobiowa (+6+9+10) 50g Serek kanapkowy twarogowy (*7) 1szt./17g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	52 47 7 263 116	Polędwica dębowa drobiowa (+6+9+10) 50g Serek kanapkowy twarogowy (*7) 1szt./17g Rzodkiew biała tarta 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	52 47 7 221 116	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	545
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, polędwicą drobiową, sałata i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g Sok wielowarzywny 200ml	143 41	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, polędwicą drobiową, sałata i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Sok wielowarzywny 200ml	154 41	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, polędwicą drobiową, sałata i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Sok wielowarzywny 200ml	154 41	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, polędwicą drobiową, sałata i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g Sok wielowarzywny 200ml	143 41		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2599 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] 2494 Białko ogółem [g]: 105,22 Tłuszcz[g]: 75,34 w tym tłuszcze nasycone[g]: 15,56 Węglowodany ogółem[g]: 332,98 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:30,04 Sól [g]: 4,45		Wartość energet. [kcal] 2494 Białko ogółem [g]: 104,02 Tłuszcz[g]: 74,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 25,11 Węglowodany ogółem[g]: 330,56 w tym cukry[g]: 58,45 Błonnik[g]: 29,03 Sól [g]: 4,33		Wartość energet. [kcal] 2378 Białko ogółem [g]:110,98 Tłuszcz[g]: 92,65 w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,03 Węglowodany ogółem[g]: 285,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:45,99 Sól [g]: 4,49		Wartość energet. [kcal]1940 Białko ogółem [g] 69,45 Tłuszcz[g] 55,23 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 286,34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 26,45 Sól [g] 3,23	

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