

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSILEK MSWiA Poliklinika

21.08.2024-31.08.2024

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, 21 sierpnia 2024										
	Dieta podstawowa(1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal
Śniadanie	Płatki jaglane na mleku (*) 350ml	255	Płatki jaglane na mleku (*)350ml	255	Płatki jaglane na mleku (*)7)350ml	255	Serek wiejski (*)7) 150g	142	Płatki jaglane na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	602
	Paszтет zapiekany drobiowy z suszonymi pomidorami (*1*3*9+7+6) 50g	156	Półędwica drobiowa z majerankiem (+1+9+10+11) 60g	52	Półędwica drobiowa z majerankiem (+1+9+10+11) 60g	52	Paszтет zapiekany z suszonymi pomidorami (*1*3*9+6) 50g	156		
	Ser żółty(*)7) 20g	70	Serek kanapkowy śmietankowy (*7) 17g	47	Serek kanapkowy śmietankowy (*7) 17g	47	Ser żółty (*7) 20g	70		
	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 /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	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		
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml			
II śniadani	Brzoskwinia 100g	45	Brzoskwinia 100g	45	Brzoskwinia 100g	45	Brzoskwinia 100g	45	Mus owocowy 100%/100g	54
Obiad	Grochówka z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym(*7*9) 400ml	323	Zupa ziemniaczana na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml	186	Zupa ziemniaczana na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml	186	Grochówka z ziemniakami (na wywarze mięsno-warzywnym*7*9) 400ml	323	Zupa ziemniaczana (*7,*9), ziemniaki, Mięso drobiowe parowane, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
	Pulpeciki z mięsa wieprzowo-drobiowego w sosie pomidorowym (*7)100g/30ml	255	Pulpeciki z mięsa wieprzowo-drobiowego w sosie pomidorowym (*7)100g/30ml	255	Pulpeciki z mięsa wieprzowo-drobiowego w sosie pomidorowym (*7)100g/30ml	255	Pulpeciki z mięsa wieprzowo-drobiowego w sosie pomidorowym (*7)100g/30ml	255		
	Ryż biały (*1) 200g	260	Ryż biały (*1) 200g	260	Ryż biały (*1) 200g	260	Ryż brązowy (*1) 200g	238		
	Surówka z czerwonej kapusty z olejem rzepakowym 70g	53	Szpinak gotowany z masłem (*7) 70g	43	Szpinak gotowany z masłem (*7)70g	43	Surówka z czerwonej kapusty z olejem rzepakowym 70g	53	Kompot	50
	Marchewka gotowana 50g	17	Marchewka gotowana 50g	17	Marchewka gotowana 50g	17	Marchewka gotowana 50g	15	wielooowocowy 250ml	
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml			
Podwi	Jogurt naturalny (*7) 150g	90	Jogurt naturalny (*7) 150g	90	Jogurt naturalny (*7) 150g	90	Jogurt naturalny (*7) 150g	90	Jogurt naturalny (*7) 150g	90
Kolacja	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	545
	Dżem truskawkowy 25g	40	Dżem truskawkowy 25g	40	Dżem truskawkowy 25g	40	Szynka drobiowa (*1+6+7+9) 20g	19		
	Ogórek kiszony 100g	12	Cukinia gotowana 100g	15	Cukinia gotowana 100g	15	Chleb pszenny (*1)100g	221		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Ogórek kiszony 100g	14		
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Chleb razowy (*1)100g	221	Herbata 250ml	
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c250ml		Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g	116		
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, poledwica wieprzowa, sałata i papryka (*1*6+9+10) 100g	143	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwica wieprzowa, sałata i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	154	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwica wieprzowa, sałata i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	154	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, poledwica wieprzowa, sałata i papryka (*1*6+9+10) 100g	143		
	Sok wielowarzywny 200ml	41	Sok wielowarzywny 200ml	41	Sok wielowarzywny 200ml	41	Sok wielowarzywny 200ml	41		

WARTOŚCI ODŻYWCZE	Dieta podstawowa(1)	Dieta łatwostrawna (2)	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)	Dieta papkowata(12)
Wartość energet. [kcal]	2682	2404	2404	2622	2001
Białko ogółem [g]	125,26	112,54	112,54	122,66	82,45
Tłuszcz[g]	90,04	72,02	72,02	87,12	55,54
w tym tłuszcze nasycone[g]	33,03	20,05	20,05	29,03	20,55
Węglowodany ogółem[g]	341,27	335,24	335,24	329,82	297,63
w tym cukry[g]	57,64	51,19	51,19	47,23	31,12
Błonnik[g]	45,72	40,12	40,12	44,09	27,54
Sód[g]	2,54	2,22	2,22	2,52	1,89

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

21.08.2024-31.08.2024

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, 22 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 (*7*1)350ml	245	Kasza manna na mleku (*7*1)350ml	245	Kasza manna na mleku (*7*1)350ml	245	Jogurt naturalny (*7) 150g	90	Kasza manna 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	mleko w	
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	proszku (*7),	
	Poledwica sopocka (*6+1+9+10) 60g	62	Poledwica sopocka (*6+1+9+10) 60g	62	Poledwica sopocka (*6+1+9+10) 60g	62	Poledwica sopocka (*6+1+9+10) 60g	62	miód, bułka	
	Mozzarella plaster (*7)20g	56	Mozzarella plaster (*7)20g	56	Mozzarella plaster (*7)20g	56	Mozzarella plaster (*7)20g	56	pszenna (*1)	450ml
Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Herbata 250ml		
Salata 1 liść /5g	1	Salata 1 liść /5g	1	Salata 1 liść /5g	1	Salata 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 śniad	Nektarynka 120g	60	Banan 120g	110	Banan 120g	110	Nektarynka 120g Pestki dyni (+8) 10g	60 58	Serek wiejski (*7) 150g	142
Obiad	Zupa jarzynowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym(*7*9) 400ml	242	Zupa jarzynowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml	242	Zupa jarzynowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym(*7*9) 400ml	242	Zupa jarzynowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym(*7*9) 400ml	242	Zupa jarzynowa (*7,*9), ziemniaki, mięso	625
	Szynka wieprzowa pieczona z ziołami w sosie pieczeniowym (*1*7) 100g/30ml	268	Szynka wieprzowa pieczona z ziołami w sosie pieczeniowym (*1*7) 100g/30ml	268	Szynka wieprzowa pieczona z ziołami w sosie pieczeniowym (*1*7) 100g/30ml	268	Szynka wieprzowa pieczona z ziołami w sosie pieczeniowym (*1*7) 100g/30ml	268	wieprzowe, mleko w	
	Kasza jęczmienna(*1) 200g	218	Kasza jęczmienna (*1) 200g	218	Kasza jęczmienna (*1) 200g	218	Kasza jęczmienna (*1) 200g	218	proszku (*7),	50
	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	44	śmietana (*7)	
	Kalafior gotowany 50g	14	Kalafior gotowany 50g	14	Kalafior gotowany 50g	14	Kalafior gotowany 50g	14	Kompot	
Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	wieloowocowy 250ml		
Podwie	Kefir (*7) 200ml	102	Mus owocowy z jabłkiem, brzoskwinia i twarogiem bez cukru (*7) 125g	90	Mus owocowy z jabłkiem, brzoskwinia i twarogiem bez cukru (*7) 125g	90	Serek wiejski (*7) 150g Otręby pszenne (*1) 10g	142 32	Mus owocowy z jabłkiem, brzoskwinia i twarogiem bez cukru (*7) 125g	90
Kolacja	Paprykarz szczeciński (*4*9+1+3+7+10) 70g	124	Pasta rybna z morskczukiem i koperkiem (*4*7) 70g	83	Pasta rybna z morskczukiem i koperkiem (*4*7) 70g	83	Paprykarz szczeciński (*4*9+1+3+7+10) 70g	124	Morskczuk, jajko(*3),	545
	Miód porcjowany 15g	40	Miód porcjowany 15g	40	Miód porcjowany 15g	40	Szynka rubinowa wieprzowa (*9*10) 30g	31	seler(*9),	
	Ogórek 100g	12	Cukinia parzona 100g	15	Cukinia parzona 100g	15	Ogórek 100g	12	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 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	masło (*7), kasza manna (*1)	450ml
Herbata b/c 250ml	1	Herbata b/c 250ml	1	Herbata b/c 250ml	1	Herbata bez cukru 250ml	1	Herbata 250ml		
Noctny	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 buraczano-jabłkowy 300ml	111	Sok buraczano-jabłkowy 300ml	111	Sok buraczano-jabłkowy 300ml	111	Sok wielowarzywny 300ml	41		

WARTOŚCI ODŻWYCZE	Wartość energet. [kcal] 2606 Białko ogółem [g]125,54 Tłuszcz[g] 87,123 w tym nasycone [g] 31,12 Węglowodany ogółem [g] 321,99 W tym cukry [g] 59,23 Błonnik[g] 44,65 Sód[g] 2,54	Wartość energet. [kcal] 2502 Białko ogółem [g] 118,02 Tłuszcz[g] 77,65 w tym nasycone [g] 29,44 Węglowodany ogółem [g] 332,01 W tym cukry [g] 50,12 Błonnik[g] 34,34 Sód [g] 2,07	Wartość energet. [kcal] 2502 Białko ogółem [g] 118,02 Tłuszcz[g] 77,65 w tym nasycone [g] 29,44 Węglowodany ogółem [g] 332,01 W tym cukry [g] 50,12 Błonnik[g] 34,34 Sód [g] 2,07	Wartość energet. [kcal] 2549 Białko ogółem [g] 120,23 Tłuszcz[g] 92,12 w tym nasycone [g] 28,12 Węglowodany ogółem [g] 312,56 W tym cukry [g] 42,76 Błonnik[g] 32.123 Sól [g] 2,33	Wartość energet. [kcal]2054 Białko ogółem [g] 83,45 Tłuszcz[g] 62,54 w tym nasycone [g] 17,23 Węglowodany ogółem [g] 292,63 W tym cukry [g] 31,12 Błonnik[g] 32,54 Sód [g] 2,006
-------------------	---	--	--	---	---

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSILEK MSWiA Poliklinika

21.08.2024-31.08.2024

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, 23 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	Ser żółty (*7) 20g	70	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		
	Mix śniadaniowe	116	Mix śniadaniowe	116	Mix śniadaniowe	116	Mix śniadaniowe	116		
	kanapkowe(*7) 20g	95	kanapkowe(*7) 20g	95	kanapkowe(*7) 20g	49	kanapkowe(*7) 20g	95		
	Jajko w sosie koperkowym (*3*7) 50g/30ml	95	Jajko w sosie koperkowym (*3*7) 50g/30ml	29	Szynka drobiowa (+6+9+10) 50g	40	Jajko w sosie koperkowym (*3*7) 50g/30ml	29		
	Szynka drobiowa (+6+9+10) 30g	29	Szynka drobiowa(+6+9+10) 30g	17	Dżem truskawkowy 25g	17	Szynka drobiowa(+6+9+10) 30g	17		
	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	1	Pomidor 80g	1	Pomidor 80g	1	Herbata 250ml	
Liść sałaty 5g	1	Liść sałaty 5g		Liść sałaty 5g		Liść sałaty 5g				
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml				
II śniadanie	Pomarańcza 150g	112	Mus owocowy 100%/ 100ml	54	Mus owocowy 100%/100ml	54	Pomarańcza 150g	112	Mus owocowy 100%/100ml	54
							Pestki słonecznika (+8) 10g	54		
Obiad	Zupa szpinakowa z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym(*1*3*7*9) 400ml	223	Zupa szpinakowa z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*1*3*7*9) 400ml	223	Zupa szpinakowa z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym(*1*3*7*9) 400ml	223	Zupa szpinakowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym(*7*9) 400ml	202	Zupa szpinakowa (*7,*9), ziemniaki, ryba na parze (*4) mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
	Ryba brama smażona w sosie po grecku (*1*4*9) 100g/50g	278	Ryba brama na parze w sosie po grecku (*1*4*9) 100g/50g	245	Ryba brama na parze w sosie po grecku (*1*4*9) 100g/50g	245	Ryba brama na parze w sosie po grecku (*1*4*9) 100g/50g	245		
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142		
	Salatka z ogórka kiszzonego i cebulki z olejem rzepakowym 70g	22	Salatka z oliwą z oliwek 50g	36	Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 70g	34	Salatka z ogórka kiszzonego i cebulki z olejem rzepakowym 70g	22		
	Salatka z oliwą z oliwek 50g	36	Kompot owocowy 250ml	50	Salatka z oliwą z oliwek 50g	36	Salatka z oliwą z oliwek 50g	36		
	Kompot owocowy 250ml	50			Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml	36		
Podwiecz	Serek homogenizowany naturalny (*7) 150g	145	Serek homogenizowany naturalny (*7) 150g	145	Serek homogenizowany naturalny (7) 150g	154	serek homogenizowany naturalny (*7) 150g	145	Serek homogenizowany naturalny (*7) 150g	145
							Migdały (*8) 10g	62		
Kolacja	Risotto na ciepło z warzywami i piersią z kurczaka (*9) 150g	152	Risotto na ciepło z warzywami i piersią z kurczaka (*9) 150g	152	Risotto na ciepło z warzywami i piersią z kurczaka (*9) 150g	152	Risotto z ryżu brązowego na ciepło z warzywami i piersią z kurczaka (*9) 150g	148	Mięso drobiowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	545
	Serek śmietankowy (*7) 17g/1szt.	47	Serek śmietankowy (*7) 17g/1szt.	47	Serek śmietankowy (*7) 17g/1szt.	47	Serek śmietankowy (*7) 17g/1szt.	47		
	Cukinia gotowana 100g	15	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Cukinia gotowana 100g	15	Papryka 100g	20		
	Papryka 100g	20	Masło śniadaniowe	116	Chleb pszenny (*1) 100g	116	Chleb razowy (*1) 100g	221		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	kanapkowe 83%(*7) 20g		Masło śniadaniowe	116	Masło śniadaniowe	116		
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Herbata b/c 250ml		kanapkowe 83%(*7) 20g	116	kanapkowe 83%(*7) 20g	116		
Herbata b/c 250ml				Herbata b/c 250ml		Herbata bez cukru 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 ODŻWIWCZE	Wartość energet. [kcal] 2580 Białko ogółem [g]: 124,34 Tłuszcz[g]: 87,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 29,05 Węglowodany ogółem[g]: 327,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 44,09 Sód [g]: 2,65	Wartość energet. [kcal] 2515 Białko ogółem [g]: 118,04 Tłuszcz[g]: 77,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 329,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:33,12 Sód[g]: 2,03	Wartość energet. [kcal]2480 Białko ogółem [g]: 117,32 Tłuszcz[g]: 74,43 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,84 Węglowodany ogółem[g]: 327,02 w tym cukry[g]: 48,213 Błonnik[g]:32,86 Sód [g]: 2,01	Wartość energet. [kcal] 2445 Białko ogółem [g]: 121,63 Tłuszcz[g]: 79,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,03 Węglowodany ogółem[g]: 317,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:45,99 Sód [g]: 2,44	Wartość energet. [kcal]2030 Białko ogółem [g] 80,45 Tłuszcz[g] 58,54 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 299,63 W tym cukry [g] 39,12 Błonnik[g] 24,54 Sód [g] 1,78
--------------------	---	--	--	---	--

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

21.08.2024-31.08.2024

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, 24 sierpnia 2024										
	Dieta podstawowa(1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal
Śniadanie	Płatki jaglane na mleku (*) 350ml	255	Płatki jaglane na mleku (*) 350ml	255	Płatki jaglane na mleku (*) 350ml	255	Półdewica wieprzowa (+1+6+9) 30g	32	Płatki jaglane na mleku (*), mleko w proszku (*), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	602
	Paszтет zapiekany drobiowy z suszonymi pomidorami (*1*3*9+7+6) 50g	156	Półdewica wieprzowa (+1+6+9) 60g	65	Półdewica wieprzowa (+1+6+9) 60g	65	Paszтет zapiekany z suszonymi pomidorami (*1*3*9+6) 50g	156		
	Ser żółty(*) 20g	70	Miód 15g	40	Miód 15g	40	Ser żółty (*) 20g	70		
	Ogórek kiszony 80g	14	Cukinia parzona 80g	14	Cukinia parzona 80g	14	Ogórek kiszony 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	261	Chleb pszenny (*) 100g	263	Chleb pszenny (*) 100g	263	Chleb razowy (*) 100g	221	Herbata 250ml	
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g	116		
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g	116	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml			
II śniadanie	Brzoskwinia 1szt./100g	45	Brzoskwinia 1szt./100g	45	Brzoskwinia 1szt./100g	45	Brzoskwinia 1szt./100g	45	Mus owocowy 100%/100ml	54
							Migdały (*) 10g	62		
Obiad	Barszcz czerwony z buraków po ukraińsku z fasolą i ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7,*9) 400ml	292	Barszcz czerwony z buraków z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7,*9) 400ml	242	Barszcz czerwony z buraków z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7,*9) 400ml	242	Barszcz czerwony z buraków po ukraińsku z fasolą i ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym(*7,*9) 400ml	292	Barszcz czerwony (*7,*9), ziemniaki, Mięso drobiowe , mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
	Makaron z twarogiem na słodko (*1*3*7) 300g	546	Makaron z twarogiem na słodko (*1*3*7) 300g	546	Makaron z twarogiem na słodko (*1*3*7) 300g	546	Makaron pełnoziarnisty z twarogiem (*1*3*7) 300g	518	Kompot wieloowocowy 250ml	50
	Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 150g	90	Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 150g	90	Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 150g	90	Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 150g	90		
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml			
Podwieczor	Kefir (*) 200ml	102	Kefir (*) 200ml	102	Kefir (*) 200ml	102	Kefir (*) 200ml	102	Kefir (*) 200ml	102
							Pestki słonecznika 10g	54		
Kolacja	Półdewica drobiowa (+6+9+10) 50g	52	Półdewica drobiowa (+6+9+10) 50g	52	Półdewica drobiowa (+6+9+10) 50g	52	Półdewica drobiowa (+6+9+10) 50g	52	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	545
	Mozzarella (*) 30g	74	Mozzarella (*) 30g	74	Mozzarella (*) 30g	74	Mozzarella (*) 30g	74		
	Rzodkiew biała tarta 100g	14	Pomidor 100g	19	Pomidor 100g	19	Rzodkiew biała tarta 100g	14		
	Chleb mieszany ziarnisty (*) 100g	261	Chleb pszenny (*) 100g	263	Chleb pszenny (*) 100g	263	Chleb razowy (*) 100g	221		
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83% (*) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83% (*) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83% (*) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83% (*) 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, 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] 2668 Białko ogółem [g]: 129,26 Tłuszcz[g]: 96,04 w tym tłuszcze nasycone[g]: 28,03 Węglowodany ogółem[g]: 335,27 w tym cukry[g]: 57,64 Błonnik[g]: 45,72 Sód[g]: 2,62	Wartość energet. [kcal] 2566 Białko ogółem [g]: 118,66 Tłuszcz[g]: 81,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 21,05 Węglowodany ogółem[g]: 338,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 32,12 Sód[g]: 2,32	Wartość energet. [kcal] 2566 Białko ogółem [g]: 118,66 Tłuszcz[g]: 81,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 21,05 Węglowodany ogółem[g]: 338,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 32,12 Sód [g]: 2,32	Wartość energet. [kcal] 2640 Białko ogółem [g]: 124,66 Tłuszcz[g]: 94,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,03 Węglowodany ogółem[g]: 329,82 w tym cukry[g]: 47,23 Błonnik[g]: 47,09 Sód [g]: 2,55	Wartość energet. [kcal] 2001 Białko ogółem [g] 90,45 Tłuszcz[g] 57,54 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 292,63 W tym cukry [g] 31,12 Błonnik[g] 24,54 Sód [g] 2,02

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

21.08.2024-31.08.2024

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, 25 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 na mleku (*) 350ml	255	Ryż na mleku (*) 350ml	255	Ryż na mleku (*) 350ml	255	Jabłko 1szt./120g	75	Ryż a na mleku	602
	Chleb mieszany ziarnisty (*) 100g	261	Chleb pszenny (*) 100g	263	Chleb pszenny (*) 100g	263	Chleb razowy (*) 100g	221	(*)7, mleko w	
Obiad	Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g	116	proszku (*)7,	
	Jajecznic na parze (*) 100g	202	Jajecznic na parze (*) 100g	202	Jajecznic z białek jaj na parze (*) 100g	76	Jajecznic na parze (*) 100g	211	miód, bułka	
	Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 30g	32	Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 30g	32	Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 30g	32	Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 30g	32	pszenna (*) 1	
	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	450ml	
	Liść sałaty 5g	1	Liść sałaty 5g	1	Liść sałaty 5g	1	Liść sałaty 5g	1	Herbata 250ml	
	Herbata b/c 250ml	1	Herbata b/c 250ml	1	Herbata b/c 250ml	1	Herbata bez cukru 250ml	1		
II śniad	Ciasto drożdżowe(*)1*3*7+6) 50g	126	Ciasto drożdżowe(*)1*3*7+6) 50g	126	Ciasto drożdżowe(*)1*3*7+6) 50g	126	Grejfrut 1szt./200g Pestki dyni (+8) 10g	105 58	Serek homogenizowany naturalny (*)7) 150g	154
Podwiecz	Rosół z zacierką na wywarze drobiowo-warzywnym (*)1*3*9) 400ml	186	Rosół z zacierką na wywarze drobiowo-warzywnym (*)1*3*9) 400ml	186	Rosół z zacierką na wywarze drobiowo-warzywnym(*)1*3*9) 400ml	186	Rosół z makaronem razowym na wywarze drobiowo-warzywnym(*)1*3*9) 400ml	178	Rosół (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7)	625
	Kotlet drobiowy panierowany smażony (*)1*3) 190g	142	Gotowana pierś z kurczaka z masłem i koperkiem (*) 90g	142	Gotowana pierś z kurczaka z masłem i koperkiem (*) 90g	189	Gotowana pierś z kurczaka z masłem i koperkiem (*) 90g	189	450ml	
	Ziemniaki 200g	22	Włoszczyzna na gęsto słupki (*)1*7) 70g	43	Ziemniaki 200g	43	Ziemniaki 200g	142	Kompot	
	Mizeria z ogórków z jogurtem naturalnym i koperkiem(*)7) 70g/20g	16	Brokuł gotowany 50g	16	Włoszczyzna na gęsto słupki (*)1*7) 70g	50	Mizeria z ogórków z jogurtem naturalnym i koperkiem(*)7) 70g/20g	22	wielowocowy 250m	50
	Brokuł gotowany 50g	50	Kompot owocowy 250ml	50	Brokuł gotowany 50g	50	Brokuł gotowany 50g	16		
Kolacja	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	Jogurt naturalny (*)7) 150ml Migdały (*)8) 10g	102 62	Przecier owocowy z jabłka i truskawki bez cukru 123g	72
	Ser żółty (*)7) 50g	174	Twarożek z koperkiem (*) 60g	86	Twarożek z koperkiem (*) 60g	86	Twarożek z koperkiem (*)7) 60g	86	Mięso wieprzowe, jajko(*)3), seler(*)9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*)7), kasza manna (*)1) 450ml	545
Noce	Dżem truskawkowy 25g	40	Dżem truskawkowy 25g	40	Dżem truskawkowy 25g	40	Szynka drobiowa (*6+7+9) 30g	29		
	Papryka 100g	20	Cukinia gotowana 100g	14	Cukinia gotowana 100g	14	Papryka 100g	20		
	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			
Noce	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, poledwicą drobiową, sałatą i pomidorem (*)1*6+9+10) 100g	143	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwicą drobiową, sałatą i pomidorem (*)1*6+9+10) 100g	154	Kanapka pszenna z mix roślinnym, poledwicą drobiową, sałatą i pomidorem (*)1*6+9+10) 100g	154	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, poledwicą drobiową, sałatą i pomidorem (*)1*6+9+10) 100g	143		
	Brzoskwinia 1szt./100g	45	Brzoskwinia 1szt./100g	45	Brzoskwinia 1szt./100g	45	Brzoskwinia 1szt./100g	45		

WARTOŚCI ODŻWICZAJĄCE	Wartość energet. [kcal] 2578 Białko ogółem [g]: 122,26 Tłuszcz[g]: 88,04 w tym tłuszcze nasycone[g]: 33,03 Węglowodany ogółem[g]: 320,27 w tym cukry[g]: 57,64 Błonnik[g]: 42,72 Sód[g]: 2,55	Wartość energet. [kcal] 2428 Białko ogółem [g]: 119,66 Tłuszcz[g]: 80,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 325,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 32,12 Sód [g]: 2,16	Wartość energet. [kcal] 2302 Białko ogółem [g]:117,32 Tłuszcz[g]: 75,45 w tym tłuszcze nasycone[g]: 16,05 Węglowodany ogółem[g]: 327,054 w tym cukry[g]: 53,02 Błonnik[g]: 32,023 Sód [g]: 2,12	Wartość energet. [kcal] 2350 Białko ogółem [g]: 119,89 Tłuszcz[g]: 80, 65 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,03 Węglowodany ogółem[g]: 311,82 w tym cukry[g]:47,23 Błonnik[g]: 44,09 Sód[g]:2,32	Wartość energet. [kcal]2048 Białko ogółem [g] 89,45 Tłuszcz[g] 59,54 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 302,63 W tym cukry [g] 31,12 Błonnik[g] 24,54 Sód [g] 2,02
-----------------------	--	--	--	---	--

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

21.08.2024-31.08.2024

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, 26 sierpnia 2024										
	Dieta podstawowa	Kcal	Dieta lekkostrawna	Kcal	Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kcal	Dieta papkowata	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), 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		
	Połędwica sopocka (*6+1+9+10) 60g	62	Połędwica sopocka (*6+1+9+10) 60g	62	Połędwica sopocka (*6+1+9+10) 60g	62	Połędwica sopocka (*6+1+9+10) 60g	62		
	Mozzarella plaster (*7)20g	56	Mozzarella plaster (*7)20g	56	Mozzarella plaster (*7)20g	56	Mozzarella plaster (*7)20g	56	Herbata 250ml	
	Rzodkiew tarta 80g	14	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Rzodkiew tarta 80g	14		
	Sałata 1 liść /5g	1	Sałata 1 liść/5g	1	Sałata 1 liść /5g	1	Sałata 1 liść/5g	1		
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata bez cukru 250ml				
II śniadani	Jogurt naturalny(*7) 150g	90	Jogurt naturalny (*7) 150g	90	Jogurt naturalny (*7) 150g	90	Jogurt naturalny (*7) 150g	90	Jogurt naturalny (*7) 150g	90
Obiad	Zupa ogórkowa z ryżem na wywarze mięsno-warzywnym(*7,*9)400ml	260	Zupa marchwianka z ryżem na wywarze mięsno-warzywnym(*7,*9)400ml	178	Zupa marchwianka z ryżem na wywarze mięsno-warzywnym (*7,*9)400ml	178	Zupa ogórkowa z ryżem brązowym na wywarze mięsno-warzywnym (*7,*9)400ml	254	Zupa marchwianka (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe parowane, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
	Fasolka po bretońsku z mięsem wieprzowym (*1*3*7*9) 150g	321	Sos drobiowy z warzywami (*1*7) 150g	201	Sos drobiowy z warzywami (*1*7) 150g	201	Fasolka po bretońsku z miesem wieprzowym (*1*3*7*9) 150g	321		
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142		
	Jabłko 1szt./120g	75	Szpinak gotowany z masłem (*7) 70g	55	Szpinak gotowany z masłem (*7) 70g	55	Jabłko 1szt./120g	75	Kompot wieloowocowy 250ml	50
	Sałata z oliwą 50g	38	Sałata z oliwą 50g	38	Sałata z oliwą 50g	38	Sałata z oliwą 50g	38		
Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Woda 500ml				
Podwiecz	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	100	Jogurt owocowy (*7) 150g	125
Kolacja	Pasta jajeczna z koperkiem (*3) 70g	102	Pasta jajeczna z koperkiem(*3) 70g	102	Pasta z białek jaj z koperkiem (*3) 70g	82	Pasta jajeczna z koperkiem (*3) 70g	102	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	545
	Połędwica z kurczakiem(*1+6+7+9) 20g	19	Połędwica z kurczakiem(*1+6+7+9) 20g	19	Połędwica z kurczakiem(*1+6+7+9) 20g	19	Połędwica z kurczakiem(*1+6+7+9) 20g	19		
	Ogórek 100g	12	Cukinia gotowana 100g	15	Cukinia gotowana 100g	15	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 kanapkowec83%(*7) 20g	116	Herbata 250ml	
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	Wartość energet. [kcal] 2512 Białko ogółem [g] 122,43 Tłuszcz[g] 84,34 w tym nasycone [g] 29,12 Węglowodany ogółem [g] 322,13 W tym cukry [g] 59,23 Błonnik[g] 42,65 Sód [g] 2,52	Wartość energet. [kcal] 2345 Białko ogółem [g] 112,23 Tłuszcz[g] 72,27 w tym nasycone [g] 22,44 Węglowodany ogółem [g] 321,01 W tym cukry [g] 58,12 Błonnik[g] 33,34 Sód [g] 2,38	Wartość energet. [kcal]2323 Białko ogółem [g] 112,98 Tłuszcz[g] 69,65 w tym nasycone [g] 22,44 Węglowodany ogółem [g] 320,76 W tym cukry [g] 58,12 Błonnik[g] 33,34 Sód [g] 2,32	Wartość energet. [kcal] 2531 Białko ogółem [g] 121,99 Tłuszcz[g] 82,12 w tym nasycone [g] 20,12 Węglowodany ogółem [g] 319,56 W tym cukry [g] 42,76 Błonnik[g] 43,67 Sód[g] 2,42	Wartość energet. [kcal]2072 Białko ogółem [g] 102,34 Tłuszcz[g] 57,12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 298,63 W tym cukry [g] 31,12 Błonnik[g] 28,54 Sód [g] 2,11
-------------------	--	--	---	---	---

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

21.08.2024-31.08.2024

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, 27 sierpnia 2024										
	Dieta podstawowa(1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal
Śniadanie	Płatki jaglane na mleku (*) 350ml	255	Płatki jaglane na mleku (*)350ml	255	Płatki jaglane na mleku (*)7)350ml	255	Jajko gotowane 1szt./50g(*)3	70	Płatki jaglane na mleku (*), mleko w proszku (*), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	602
	Polędwica z indykiem (+1+9+10+11) 60g	52	Polędwica z indykiem (+1+9+10+11) 60g	52	Polędwica z indykiem (+1+9+10+11) 60g	52	Polędwica z indykiem (+1+9+10+11) 60g	52		
	Serek kanapkowy śmietankowy (*) 1szt./17g	47	Serek kanapkowy śmietankowy (*) 1szt./17g	47	Serek kanapkowy śmietankowy (*) 1szt./17g	47	Serek kanapkowy śmietankowy (*) 1szt./17g	47		
	Papryka 80g	20	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Papryka 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 (*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			
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml				
II śniad	Arbuz 150g	55	Arbuz 150g	55	Arbuz 150g	55	Jabłko 1szt./120g Pestki słonecznika (+8) 10g	75 54	Jogurt naturalny (*7) 150g	90
Obiad	Zupa pomidorowa makaronem na wywarze mięsno-warzywnym (*1*3*7*9) 400ml	265	Zupa pomidorowa z makaronem na wywarze mięsno-warzywnym (*1*3*7*9) 400ml	265	Zupa pomidorowa z makaronem na wywarze mięsno-warzywnym(*1*3*7*9) 400ml	265	Zupa pomidorowa z makaronem razowym na wywarze mięsno-warzywnym (*1*3*7*9)400ml	245	Zupa pomidorowa (1*3*7*9), ziemniaki, mięso drobiowo-wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
	Pulpet drobiowo-wieprzowy w sosie pieczarkowym (*1*3*7) 90g/30ml	265	Pulpet drobiowo-wieprzowy w sosie koperkowym (*1*3*7) 90g/30ml	245	Pulpet drobiowo-wieprzowy w sosie koperkowym (*1*3*7) 90g/30ml	245	Pulpet drobiowo-wieprzowy w sosie pieczarkowym (*1*3*7) 90g/30ml	265		
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	43	Ziemniaki 200g	43	Ziemniaki 200g	142		
	Surówka z białej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 70g	52	Marchew gotowana z masłem (*7) 70g	16	Marchew gotowana z masłem (*7) 70g	43	Surówka z białej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 70g	52	Kompot wieloowocowy 250ml	50
	Fasolka szparagowa 50g	14	Brokuł gotowany 50g	50	Brokuł gotowany 50g	16	Fasolka szparagowa 50g	14		
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml	50		
Podwiecz	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 homogenizowany naturalny (*7) 150g Migdały (*8) 10g	145 62	Przecier owocowy z jabłka i truskawki bez cukru 123g	72
Kołacja	Twaróg z rzodkiewką i szczypiorem (*)7) 70g	98	Pasta twarogowa z zieleciną (*)7) 70g	90	Pasta twarogowa z zieleciną (*)7) 70g	90	Pasta twarogowa z rzodkiewką i szczypiorem (*)7) 80g	102	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	545
	Dżem truskawkowy 25g	40	Dżem truskawkowy 25g	40	Dżem truskawkowy 25g	40	Rzodkiew biała tarta 100g	14		
	Rzodkiew biała tarta 100g	14	Pomidor 100g	19	Pomidor 100g	19	Chleb razowy (*1) 100g	221		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	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 bez cukru 250ml			
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml						
Nocny	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 buraczano-jabłkowy 300ml	111	Sok buraczano-jabłkowy 300ml	111	Sok buraczano-jabłkowy 300ml	111	Sok pomidorowy 300ml	36		

WARTOŚCI ODŻWICZE	Wartość energet. [kcal] 2446 Białko ogółem [g] 112,54 Tłuszcz[g] 80,42 w tym nasycone [g] 23,11 Węglowodany ogółem [g] 315,02 W tym cukry [g] 50,11 Błonnik[g] 40,92 Sód [g]2,34	Wartość energet. [kcal] 2190 Białko ogółem [g] 90,84 Tłuszcz[g] 69,40 w tym nasycone [g] 19,12 Węglowodany ogółem [g] 311,98 W tym cukry [g] 52,65 Błonnik[g] 23,923 Sód[g] 2,11	Wartość energet. [kcal] 2190 Białko ogółem [g] 90,84 Tłuszcz[g] 69,40 w tym nasycone [g] 19,12 Węglowodany ogółem [g] 311,98 W tym cukry [g] 52,65 Błonnik[g] 23,923 Sód[g] 2,11	Wartość energet. [kcal] 2247 Białko ogółem [g] 98,66 Tłuszcz[g] 75,72 w tym nasycone [g] 22,09 Węglowodany ogółem [g] 310,16 W tym cukry [g] 39,09 Błonnik[g] 38,23 Sód[g] 2,22	Wartość energet. [kcal]1984 Białko ogółem [g] 74,45 Tłuszcz[g] 50,54 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 292,63 W tym cukry [g] 31,12 Błonnik[g] 24,54 Sód [g] 1,78

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSILEK MSWiA Poliklinika

21.08.2024-31.08.2024

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, 28 sierpnia 2024

	Dieta podstawowa(1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)	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	Jogurt naturalny (*7) 100g	60	Płatki jaglane na mleku (*7),	602
Chleb mieszany, ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	221	mleko w proszku (*7),		
Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Jajko w sosie koperkowym (*7*3) 50g/30ml	116	miód, bułka pszenna (*1)		
Jajko w sosie koperkowym (*7*3) 50g/30ml	95	Jajko w sosie koperkowym (*7*3) 50g/30ml	95	Szynka kielbasa szynkowa (+6+1+10) 50g	116	Szynka kielbasa szynkowa (+6+1+10) 30g	95	450ml		
Szynka kielbasa szynkowa (+6+1+10) 30g	35	Szynka kielbasa szynkowa (+6+1+10) 30g	35	Miód 15g	62	Pomidor 80g	35	Herbata 250ml		
Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	40	Sałata 1 liść /5g	17			
Sałata 1 liść 5g	1	Sałata 1 liść / 5g	1	Sałata 1 liść/ 5g	17	Herbata b/c 250ml	1			
Herbata b/c 250ml		Herbaty b/c 250ml		Herbata b/c 250ml	1					
II śniad	Nektarynka 1szt./120g	60	Banan 1 szt/120g	110	Banan 1 szt/120g	110	Nektarynka 1szt./120g	60	Mus owocowy 100%/100g	54
							Pestki dyni (+8) 10g	58		
Obiad	Zupa wiejska z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*1*3*7*9) 500ml	223	Zupa wiejska z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*1*3*7*9) 500ml	223	Zupa wiejska z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*1*3*7*9) 500ml	223	Zupa wiejska z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym(*7*9) 500ml	202	Zupa wiejska (*7*9) ,	625
	Udko z kurczaka pieczone (*9) 150g	254	Udko z kurczaka gotowane 150g	194	Udko z kurczaka gotowane 150g	194	Udko z kurczaka pieczone (*9) 150g	254	ziemniaki,	
	ziemniaki 200g	142	ziemniaki 200g	142	ziemniaki 200g	142	ziemniaki 200g	142	mięso drobiowe,	
	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g	45	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g	45	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g	45	Surówka z buraka i jabłka z olejem rzepakowym 70g	44	szpinak, mleko w proszku (*7),	
	Kalafior gotowany 50g	14	Kalafior gotowany 50g	14	Kalafior gotowany 50g	14	Kalafior gotowany 50g	14	śmietana (*7)	
Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml		450ml	50	
								Kompot owocowy 250ml		
Podwiecz	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g	142
							Otręby pszenne (*1) 10g	32		
Kolacja	Polędwica drobiowa (+6+9+10) 50g	52	Polędwica drobiowa (+6+9+10) 50g	52	Polędwica drobiowa (+6+9+10)50g	52	Polędwica drobiowa (+6+9+10)50g	52	Mięso wieprzowe,	545
	Mozzarella plaster (*7)20g	56	Mozzarella plaster (*7)20g	56	Mozzarella plaster (*7)20g	56	Mozzarella plaster (*7)20g	56	jajko(*3),	
	Ogórek 100g	12	Cukinia parzona 100g	15	Cukinia parzona 100g	15	Ogórek 100g	12	seler(*9),	
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	221	marchew,	
	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	pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1)	
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		450ml		
								Herbata 250ml		
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, szynką wieprzową ,sałatą i papryką (*7*1*6+9+10) 100g	143	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, szynką wieprzową ,sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	156	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, szynką wieprzową ,sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	156	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, szynką wieprzową, sałatą i papryką (*1*7*6+9+10) 100g	143		
	Sok jabłkowy 100%/200ml	99	Sok jabłkowy 100%/200ml	99	Sok jabłkowy 100%/200ml	99	Sok wielowarzywny 300ml	41		

WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2450 Białko ogółem [g]: 119,04 Tłuszcz[g]: 75,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 324,23 w tym cukry[g]: 46,245 Błonnik[g]:40,12 Sód[g]: 2,53	Wartość energet. [kcal] 2468 Białko ogółem [g]: 118,34 Tłuszcz[g]: 69,45 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,56 Węglowodany ogółem[g]: 330,34 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:33,35 Sód [g]: 2,23	Wartość energet. [kcal]2432 Białko ogółem [g]: 115,22 Tłuszcz[g]: 66,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 15,56 Węglowodany ogółem[g]: 328,98 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:29,12 Sód [g]: 2,19	Wartość energet. [kcal] 2330 Białko ogółem [g]: 112,01 Tłuszcz[g]: 70,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 311,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:31,99 Sód[g]: 2,37	Wartość energet. [kcal]2018 Białko ogółem [g] 87,45 Tłuszcz[g] 56,54 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 297,23 w tym cukry [g] 31,12 Błonnik[g] 29,54 Sód [g] 3,87
-------------------	--	---	--	--	--

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

21.08.2024-31.08.2024

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, 29 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)	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	Kefir (*7) 200ml	102	Płatki owsiane na mleku (*7+1),	602
	Ser żółty (*7) 50g	174	Szynka rubinowa	62	Szynka rubinowa	62	Szynka rubinowa wieprzowa (*9*10) 60g	62	mleko w proszku (*7), miód, bułka pszena (*1) 450ml	
	Miód 15g	40	wieprzowa (*9*10) 60g	40	wieprzowa (*9*10) 60g	40	Ser żółty (*7) 20g	70		
	Ogórek kiszony 80g	12	Miód 15g	40	Miód 15g	40	Ogórek kiszony 80g	12		
	Salata 1 liść	1	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Salata liść	1		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Salata 1 liść	1	Salata liść	1	Chleb razowy (*1)100g	221	Herbata 250ml	
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116		
	Herbata b/c 250ml		Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Herbata b/c 250ml			
			Herbata b/c 250ml		Herbata b/c250ml					
II śniadanie	Pomarańcza 120g	112	Mus owocowy 100%/ 100g	54	Mus owocowy 100%/ 100g	54	Pomarańcza 120g Orzechy włoskie (*8)10g	112 65	Mus owocowy 100%/ 100g	54
Obiad	Zupa jarzynowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml	242	Zupa jarzynowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml	242	Zupa jarzynowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym(*7*9) 400ml	242	Zupa jarzynowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml	242	Zupa jarzynowa z ziemniakami (*7*9) ziemniaki, mięso wieprzowo-drobiowe , mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
	Spaghetti po bolońsku z sosem pomidorowym z mięsem wieprzowo-drobiowym 300g(*1*3*7)	431	Spaghetti po bolońsku z sosem pomidorowym z mięsem wieprzowo-drobiowym 300g(*1*3*7)	431	Spaghetti po bolońsku z sosem pomidorowym z mięsem wieprzowo-drobiowym 300g(*1*3*7)	431	Spaghetti z makaronem razowym po bolońsku z sosem pomidorowym z mięsem wieprzowo-drobiowym 300g(*1*3*7)	420	Kompot owocowy 250ml	50
	Jabłko 1szt./120g	75	Jabłko pieczone 1szt./120g	75	Jabłko pieczone 1szt./120g	75	Jabłko 1szt./120g	75		
	Szpinak gotowany 50g	11	Szpinak gotowany 50g	11	Szpinak gotowany 50g	11	Szpinak gotowany 50g	11		
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml			
Podwie	Jogurt naturalny (*7) 150g	90	Jogurt naturalny (*7) 150g	90	Jogurt naturalny (*7) 150g	90	Jogurt naturalny (*7) 150g Pestki słonecznika (*8) 10g	90 54	Jogurt naturalny (*7) 150g	90
Kolacja	Polędwica z indyka (+6+9+10) 50g	52	Polędwica z indyka (+6+9+10) 50g	52	Polędwica z indyka (+6+9+10) 50g	52	Polędwica z indyka (+6+9+10) 50g	52	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	545
	Serek kanapkowy śmietankowy (*7) 17g/1szt	47	Serek kanapkowy śmietankowy (*7) 17g/1szt	47	Serek kanapkowy śmietankowy (*7) 17g/1szt	47	Serek kanapkowy śmietankowy (*7) 17g/1szt	47		
	Rzodkiew biała tarta 50g	7	Cukinia parzona 50g	7	Cukinia parzona 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 kanapkowe83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 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, polędwicą sopocką, sałatą i papryką (*1*7*6+9+10) 100g	143	Kanapka tostowa pszena z mix roślinnym, polędwicą sopocką, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	154	Kanapka tostowa pszena z mix roślinnym, polędwicą sopocką sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	154	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, polędwicą sopocką, sałatą i papryką (*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] 2524 Białko ogółem [g]: 122,12 Tłuszcz[g]: 82,43 w tym tłuszcze nasycone[g]: 30,23 Węglowodany ogółem[g]: 331,56 w tym cukry[g]: 58,23 Błonnik[g]: 42,03 Sód[g]: 2,42		Wartość energet. [kcal] 2382 Białko ogółem [g]: 116,02 Tłuszcz[g]: 78,97 w tym tłuszcze nasycone[g]: 25,11 Węglowodany ogółem[g]: 328,12 w tym cukry[g]: 58,45 Błonnik[g]: 29,03 Sód [g]: 2,29		Wartość energet. [kcal] 2382 Białko ogółem [g]: 116,02 Tłuszcz[g]: 78,97 w tym tłuszcze nasycone[g]: 25,11 Węglowodany ogółem[g]: 328,12 w tym cukry[g]: 58,45 Błonnik[g]: 29,03 Sód [g]: 2,29		Wartość energet. [kcal] 2421 Białko ogółem [g]: 119,23 Tłuszcz[g]: 80,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,03 Węglowodany ogółem[g]: 328,82 w tym cukry[g]:41,23 Błonnik[g]: 34,09 Sód[g]:2,35		Wartość energet. [kcal]2001 Białko ogółem [g] 74,45 Tłuszcz[g] 50,54 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 302,63 W tym cukry [g] 31,12 Błonnik[g] 24,54 Sód [g] 1,99	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

21.08.2024-31.08.2024

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, 30 sierpnia 2024										
	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczem(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal
Śniadanie	Kasza manna na mleku (*7*1)350ml	245	Kasza manna na mleku (*7*1)350ml	245	Kasza manna na mleku (*7*1)350ml	245	Serek kanapkowy śmietankowy (*7) 17g	47	Kasza manna na mleku (*7*1), 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		
II śniadanie	Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g	40	Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g	40	Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g	40	Półdewica sopocka(*6+9+10) 20g	17	Herbata z cukrem 250ml	145
	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	1		
	Salata 1 liść/5g	1	Salata 1 liść /5g	1	Salata 1 liść	1	Salata 1 liść	221		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	116		
	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			
	Banan 1szt./150g	110	Banan 1szt./150g	110	Banan 1szt./150g	110	Nektarynka 120g	60		
							Pestki dyni (+8) 10g	58		
Obiad	Zupa koperkowa z ryżem na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml	198	Zupa koperkowa z ryżem na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml	198	Zupa koperkowa z ryżem na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml	198	Zupa koperkowa z ryżem brązowym na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml	186	Zupa koperkowa (*7,*9), ziemniaki, ryba na parze(*4), mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
	Kotlet z mintaja panierowany smażony (*1*3*4) 90g	285	Pulpet z mintaja parowany z masłem i koperkiem (*4*7) 90g	267	Pulpet z mintaja parowany z masłem i koperkiem (*4*7) 90g	267	Pulpet z mintaja parowany z masłem i koperkiem (*4*7) 90g	267		
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142		
	Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 70g	42	Marchew gotowana z masłem (*7) 70g	43	Marchew gotowana z masłem (*7) 70g	43	Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 70g	42		
	Salata z oliwą 50g	38	Salata z oliwą 50g	38	Salata z oliwą 50g	38	Salata z oliwą 50g	38		
Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 200ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	
Podwie	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	Przecier owocowy z jabłka i truskawki bez cukru 123g	72	Przecier owocowy z jabłka i truskawki bez cukru 123g	72
							Pestki słonecznika (+8) 10g	54		
Kolacja	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	545
	Szynka rubinowa wieprzowa (*1+6+7+9) 20g	23	Szynka rubinowa wieprzowa (*1+6+7+9) 20g	23	Szynka rubinowa wieprzowa (*1+6+7+9) 20g	23	Szynka rubinowa wieprzowa (*1+6+7+9) 20g	23		
	Ogórek kiszony 100g	12	Cukinia gotowana 100g	15	Cukinia gotowana 100g	15	ogórek kiszony 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 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, połędwicą drobiową, sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g	143	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, połędwicą drobiową, sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	154	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, połędwicą drobiową, sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	154	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, połędwicą drobiową, sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g	143		
	Sok buraczano-marchwiowy 300ml	111	Sok buraczano-marchwiowy 300ml	111	Sok buraczano-marchwiowy 300ml	111	Jabłko 1szt./120g	75		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2487 Białko ogółem [g]: 120,54 Tłuszcz[g]: 85,84 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 325,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 43,09 Sód[g]: 2,61		Wartość energet. [kcal]2478 Białko ogółem [g]: 115,02 Tłuszcz[g]: 73,45 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 328,04 w tym cukry[g]: 50,23 Błonnik[g]:33,12 Sód[g]: 2,26		Wartość energet. [kcal]2458 Białko ogółem [g]: 114,99 Tłuszcz[g]: 72,54 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,02 Węglowodany ogółem[g]: 327,87 w tym cukry[g]: 50,23 Błonnik[g]:29,12 Sód [g]: 2,26		Wartość energet. [kcal] 2375 Białko ogółem [g]: 117,63 Tłuszcz[g]: 74,122 w tym tłuszcze nasycone[g]: 21,03 Węglowodany ogółem[g]: 319,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:41,99 Sód [g]: 2,31		Wartość energet. [kcal]2039 Białko ogółem [g] 82,45 Tłuszcz[g] 55,54 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 304,63 W tym cukry [g] 31,12 Błonnik[g] 24,54 Sód [g] 2,01	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSILEK MSWiA Poliklinika

21.08.2024-31.08.2024

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, 31 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 jęczmieńne na mleku (*7*1)350ml	256	Płatki jęczmieńne na mleku (*7*1)350ml	256	Płatki jęczmieńne na mleku (*7*1)350ml	256	Jabłko 1szt./120g	75	Płatki jęczmieńne 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		
	Poleđwica sopočka (*6+1+9+10) 60g	62	Poleđwica sopočka (*6+1+9+10) 60g	62	Poleđwica sopočka (*6+1+9+10) 60g	62	Poleđwica sopočka (*6+1+9+10) 60g	62		
Mozzarella plaster (*7)20g	56	Mozzarella plaster (*7)20g	17	Mozzarella plaster (*7)20g	56	Mozzarella plaster (*7)20g	56			
Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	1	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17			
Sałata 1 liść /5g	1	Sałata 1 liść /5g		Sałata 1 liść /5g		Sałata 1 liść /5g	1			
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml	1	Herbata bez cukru 250ml		Herbata 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	100	Przecier z jabłek 150g	72
Obiad	Zupa fasolowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml	283	Zupa ziemniaczana na wywarze mięsno-warzywnym(*7*9) 400ml	178	Zupa ziemniaczana na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml	178	Zupa fasolowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 500ml	283	Zupa ziemniaczana (*7,*9), ziemniaki, mięso wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
	Gulasz z szynki wieprzowej w sosie własnym (*1*7) 100g/30ml	278	Gulasz z szynki wieprzowej w sosie własnym (*1*7) 100g/30ml	278	Gulasz z szynki wieprzowej w sosie własnym (*1*7) 100g/30ml	278	Gulasz z szynki wieprzowej w sosie własnym (*1*7) 100g/30ml	278	Kompot wielowocowy 250ml	50
	Kasza gryczana 200g	242	Kasza jęczmieńna (*1) 200g	218	Kasza jęczmieńna 200g	218	Kasza gryczana200g	242		
	Buraczki gotowane tarte z olejem rzepakowym 70g	45	Buraczki gotowane tarte z olejem rzepakowym 70g	45	Buraczki gotowane tarte z olejem rzepakowym 70g	45	Surówka z buraka i jabłka z olejem rzepakowym 70g	44		
	Brokuł gotowany 50g	16	Brokuł gotowany 50g	50	Brokuł gotowany 50g	16	Brokuł gotowany 50g	16		
Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml		Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50			
Podwiecz	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g	142
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 drobiowa (*1+6+7+9) 40g	39	Szynka drobiowa (*1+6+7+9) 40g	39	Szynka drobiowa (*1+6+7+9) 40g	39	Szynka drobiowa (*1+6+7+9) 40g	39		
	Rzodkiew tarta 50g	7	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Rzodkiew 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 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				
Nocey	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, mozzarella ,sałata i papryka (*7*1*6+9+10) 100g	160	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarella ,sałata i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	175	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarella ,sałata i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	175	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, mozzarella, sałata 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 wielowarzywny 300ml	41		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2729 Białko ogółem [g]: 130,34 Tłuszcz[g]: 95,87 w tym tłuszcze nasycone[g]: 28,05 Węglowodany ogółem[g]: 335,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 45,09 Sód[g]: 2,50		Wartość energet. [kcal] 2624 Białko ogółem [g]: 122,98 Tłuszcz[g]: 82,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 328,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:34,12 Sód [g]: 2,38		Wartość energet. [kcal] 2624 Białko ogółem [g]: 122,98 Tłuszcz[g]: 82,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 328,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:34,12 Sód [g]: 2,38		Wartość energet. [kcal] 2634 Białko ogółem [g]:127,63 Tłuszcz[g]: 88,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 34,03 Węglowodany ogółem[g]: 331,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:43,99 Sód[g]: 2,43		Wartość energet. [kcal]2036 Białko ogółem [g] 82,12 Tłuszcz[g] 57,56 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 304,54 W tym cukry [g] 31,12 Błonnik[g] 27,54 Sód[g] 2,17	

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