

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSILEK MSWiA

1.09.2024-10.09.2024

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, 1 września 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	Kc al
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	286	Kiełbaska drobiowa na gorąco (+1+9+10) 100g	286	Poładwica sopocka *6+7+8+9+10 60g	65	Kiełbaska drobiowa na gorąco (+1+9+10) 100g	286		
	Keczap (*10) 20g	20	Keczap (*10) 20g	20	Dżem truskawkowy 25g	40	Keczup (*10) 20g	20		
	Rzodkiew biała 80g	14	Cukinia parzona 80g	14	Cukinia parzona 80g	14	Rzodkiew biała 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 (*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 250ml	
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 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	Serek homogenizowany naturalny (*7) 150ml	145
Obiad	Rosół na wywarze mięsno-warzywnym z makaronem (*1*3*9) 400ml	189	Rosół drobiowy na wywarze mięsno-warzywnym z makaronem (*1*3*9) 400ml	189	Rosół drobiowy na wywarze mięsno-warzywnym z makaronem (*1*3*9) 400ml	189	Rosół drobiowy na wywarze mięsno-warzywnym z makaronem brązowym(*1*3*9) 400ml	179	Rosół (*7,*9), ziemniaki, mięso wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
	Szynka pieczona z ziołami w sosie pieczeniowym (*1*7) 100g/30ml	245	Szynka pieczona z ziołami w sosie pieczeniowym (*1*7) 100g/30ml	245	Szynka pieczona z ziołami w sosie pieczeniowym (*1*7) 100g/30ml	245	Szynka pieczona z ziołami w sosie pieczeniowym (*1*7) 100g/30ml	245		
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Kompot wielowocowy 250ml	50
	Surówka z czerwonej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 70g	54	Marchewka gotowana 70g	25	Marchewka gotowana 70g	25	Surówka z czerwonej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 70g	54		
	Kalafior gotowany 50g	14	Kalafior gotowany 50g	14	Kalafior gotowany 50g	14	Kalafior gotowany 50g	14		
	Kompot 250ml	50	Kompot wielowocowy 250ml	50	Kompot wielowocowy 250ml	50	Woda 500ml			
Powitek	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) 200ml Pestki słonecznika (+9) 10g	120 54	Mus owocowy z jabłkiem, brzoskwinia i twarogiem bez cukru (*7) 125g	90
Kolacja	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorem (*7) 70g	92	Twarożek z koperkiem (*7) 70g	89	Twarożek z koperkiem (*7) 70g	89	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorem (*7) 70g	92	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	14	Pomidor 100g	19	Pomidor 100g	19	Ogórek 100g	14		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	19	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/c 250ml		Herbata b/c 250ml			
Noctny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, poładwica wieprzowa, sałata i papryką (*1*6+9+10) 100g	143	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poładwica wieprzowa, sałata i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	154	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poładwica wieprzowa, sałata i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	154	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, poładwica wieprzowa, sałata 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] 2535 Białko ogółem [g]: 110,26 Tłuszcz[g]: 81,04 w tym tłuszcze nasycone[g]: 33,03 Węglowodany ogółem[g]: 339,27 w tym cukry[g]: 57,64 Błonnik[g]: 42,72 Sód [g]: 2,54	Wartość energet. [kcal] 2522 Białko ogółem [g]: 109,66 Tłuszcz[g]: 72,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 336,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 32,12 Sód[g]: 2,33	Wartość energet. [kcal] 2321 Białko ogółem [g]: 100,3 Tłuszcz[g]: 70,45 w tym tłuszcze nasycone[g]: 16,05 Węglowodany ogółem[g]: 330,054 w tym cukry[g]: 52,66 Błonnik[g]: 31,56 Sód [g]: 2,20	Wartość energet. [kcal] 2334 Białko ogółem [g]: 97,12 Tłuszcz[g]: 69, 23 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 285,82 w tym cukry[g]:47,23 Błonnik[g]: 40,09 Sód[g]:2,41	Wartość energet. [kcal]2014 Białko ogółem [g] 73,99 Tłuszcz[g] 55.12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 302.34 W tym cukry [g] 32,22 Błonnik[g] 26,45 Sód [g] 1,9

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSILEK MSWiA

1.09.2024-10.09.2024

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, 2 września 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)	Kca l
Śniadanie	Płatki jaglane na mleku (*7) 350ml	255	Płatki jaglane na mleku (*7)350ml	255	Płatki jaglane na mleku (*7)350ml	255	Polędwica wieprzowa (*6+9+10+11) 40g	45	Płatki jaglane na mleku (*7),	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	mleko w proszku (*7),	
II śniadanie	Polędwica z indyka (*1+9+10+11) 30g	35	Polędwica z indyka (*1+9+10+11) 30g	35	Polędwica z indyka (*1+9+10+11) 30g	35	Polędwica z indyka (*1+9+10+11) 30g	35	miód, bułka pszenna (*1)	154
	Papryka 80g	20	Cukinia gotowana 80g	14	Cukinia gotowana 80g	14	Papryka 80g	20	450ml	
Obiad	Sałata 1 liść /5g	1	Sałata 1 liść /5g	1	Sałata 1 liść /5g	1	Sałata 1 liść /5g	1	Herbata 250ml	625
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g	221		
Podwie	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116		50
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml			
Kolejny	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	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	120
	Zupa fasolowa na wywarze mięsno - warzywnym z ziemniakami(*7*9) 400ml	312	Zupa wiejska na wywarze mięsno -warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml	223	Zupa wiejska na wywarze mięsno - warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml	223	Zupa fasolowa na wywarze mięsno -warzywnym z ziemniakami(*7*9) 400ml	312	Zupa wiejska (*7,*9), ziemniaki,	
Nocny	Sos drobiowy z warzywami (*1*7) 150g	201	Sos drobiowy z warzywami (*1*7) 150g	201	Sos drobiowy z warzywami (*1*7) 150g	201	Sos drobiowy z warzywami (*1*7) 150g	201	mleko drobiowe,	120
	Kasza jęczmienna (*1) 200g	218	Kasza jęczmienna (*1) 200g	218	Kasza jęczmienna (*1) 200g	218	Kasza jęczmienna (*1) 200g	218	proszku (*7),	
Kolejny	Sałata z ogórka kiszzonego i cebulki 70g	38	Sałata z oliwą 50g	38	Sałata z oliwą 50g	38	Sałata z ogórka kiszzonego i cebulki 70g	38	śmietana (*7)	120
	Sałata z oliwą 50g	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Sałata z oliwą 50g	50	450ml	
Kolejny	Jogurt naturalny (*7) 150g	90	Jogurt naturalny (*7) 150g	90	Jogurt naturalny (*7) 150g	90	Jogurt naturalny (*7) 200g	120	Kompot wieloowocowy 250ml	545
	Paszтет zapiekany drobiowy (*1*3*9+7+6) 50g	156	Polędwica wieprzowa (*6+9+10+11) 60g	65	Polędwica wieprzowa (*6+9+10+11) 60g	65	Paszтет zapiekany drobiowy (*1*3*9+7+6) 50g	156	Mięso wieprzowe,	
Kolejny	Dżem truskawkowy 25g	40	Dżem truskawkowy 25g	40	Dżem truskawkowy 25g	40	Serek kanapkowy	47	jajko(*3),	120
	Pomidor 100g	19	Pomidor 100g	19	Pomidor 100g	19	śmietankowy *7 1szt./17g	19	seler(*9),	
Kolejny	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Pomidor 100g	19	marchew,	120
	Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g	116	Chleb razowy (*1) 100g	221	pietruszka, oliwa,	
Kolejny	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Woda 500ml		masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	120
	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, polędwicą wieprzową, sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g	143	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, polędwicą drobiową, sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	154	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, polędwicą drobiową, sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	154	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, polędwicą wieprzową, sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g	143	Herbata 250ml	
Kolejny	Nektarynka 120g	60	Banan 120g	110	Banan 120g	110	Nektarynka 120g	60		120
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2637		Wartość energet. [kcal] 2516		Wartość energet. [kcal]2496		Wartość energet. [kcal] 2444		Wartość energet. [kcal]2066	
	Białko ogółem [g]: 121,26		Białko ogółem [g]: 112,54		Białko ogółem [g] 111,92		Białko ogółem [g]: 118,34		Białko ogółem [g] 77,23	
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Tłuszcz[g]: 91,04		Tłuszcz[g]: 80,02		Tłuszcz[g] 77,12		Tłuszcz[g]:79,59		Tłuszcz[g] 52,67	
	w tym tłuszcze nasycone[g]: 28,03		w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05		w tym nasycone [g] 14,234		w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,04		w tym nasycone [g] 20,23	
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Węglowodany ogółem[g]: 325,27		Węglowodany ogółem[g]: 330,54		Węglowodany ogółem [g] 330,08		Węglowodany ogółem[g]: 320,67		Węglowodany ogółem [g] 302,55	
	w tym cukry[g]: 57,64		w tym cukry[g]: 53,19		W tym cukry [g] 49,98		w tym cukry[g]:37,34		W tym cukry [g] 30,22	
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Błonnik[g]: 40,72		Błonnik[g]: 33,12		Błonnik[g] 30,24		Błonnik[g]:40,32		Błonnik[g] 22,45	
	Sód[g]: 2,61		Sód [g]: 2,51		Sód[g] 2,49		Sód [g]: 2,33		Sód [g] 2,02	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSILEK MSWiA

1.09.2024-10.09.2024

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, 3 września 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	Jogurt naturalny (*7) 200g	120	Płatki owsiane na mleku (*7+1)	602
	Pasta twarogowa z rzodkiewką i szczypiorem (*7)70g	92	Pasta twarogowa z zieleniną (*7)70g	89	Pasta twarogowa z zieleniną (*7)70g	89	Pasta twarogowa z rzodkiewką i szczypiorem (*7)70g	92	mleko w proszku (*7),	
	Szynka z indyka (*1+6+9+10)20g/ 1 plaster	19	Szynka z indyka (*1+6+9+10)20g/ 1 plaster	19	Szynka z indyka (*1+6+9+10)20g/ 1 plaster	19	Szynka z indyka (*1+6+9+10)20g/ 1 plaster	19	miód, bułka pszenna (*1)	
	Pomidor 80g	14	Pomidor 80g	14	Pomidor 80g	14	Ogórek 80g	14	450ml	
	Sałata 1 liść /5g	1	Sałata 1 liść /5g	1	Sałata 1 liść /5g	1	Sałata 1 liść /5g	1	Herbata 250ml	
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	1	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	Brzoskwinia 100g	45	Brzoskwinia 100g	45	Pomarańcza 1szt./200g Migdały (*8) 10g	112 62	Serek homogenizowany naturalny (*7) 150g	145
Obiad	Zupa ogórkowa na wywarze mięsno -warzywnym z ryżem (*7,*9)400ml	260	Zupa marchwianka na wywarze mięsno -warzywnym z ryżem (*7,*9)400ml	178	Zupa marchwianka na wywarze mięsno -warzywnym z ryżem (*7,*9)400ml	178	Zupa ogórkowa na wywarze mięsno -warzywnym z ryżem brązowym (*7,*9)400ml	254	Zupa marchwianka (*7,*9),	625
	Kotlet drobiowo- serowy smażony (*1*3*7) 100g	311	Gotowana pierś z kurczaka z masłem i koperkiem (*7) 90g	142	Gotowana pierś z kurczaka z masłem i koperkiem (*7) 90g	189	Gotowana pierś z kurczaka z masłem i koperkiem (*7) 90g	189	ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7),	
	Surówka z białej kapusty olejem rzepakowym 70g	54	ziemniaki 200g	142	ziemniaki 200g	142	Surówka z białej kapusty z olejem rzepakowym 70g	54	śmietana (*7)	
	Brokuł gotowany 50g	16	Włoszczyzna na gęsto súpki (*1*7) 70g	55	Włoszczyzna na gęsto súpki (*1*7) 70g	55	Brokuł gotowany 50g	16	Kompot	
	Kompot owocowy 250ml	50	Brokuł gotowany 50g	16	Brokuł gotowany 50g	16	Kompot owocowy 250ml	50	wielooowocowy 250ml	50
Podwieczro	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	145	Przecier owocowy z jabłka i truskawki bez cukru 123g	72
							Otręby pszenne (*1) 10g	32		
Kolacja	Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 60g	65	Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 60g	65	Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10)60g	65	Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10)60g	65	Mięso wieprzowe, jajko(*3),	545
	Miód 15g	40	Miód 15g	40	Miód 15g	40	Mozzarella (*7) 30g	76	seler(*9),	
	Rzodkiew biała tarta 100g	14	Cukinia gotowana 100g	15	Cukinia gotowana 100g	15	Rzodkiew biała tarta 100g	14	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) 450ml	
	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	
Nočný	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, serem żółtym, sałatą i ogórkiem (*7*1*6+9+10) 100g	178	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, serem żółtym, sałatą i ogórkiem (*1*7*6+9+10) 100g	178		
	Sok pomidorowy 300ml	36	Sok pomidorowy 300ml	36	Sok pomidorowy 300ml	36	Sok pomidorowy 300ml	36		

WARTOŚCI ODŻWICZAJĄCE	Wartość energet. [kcal] 2474 Białko ogółem [g]: 113,34 Tłuszcz[g]: 83,87 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 320,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 40,09 Sód [g]: 2,61	Wartość energet. [kcal] 2209 Białko ogółem [g]: 92,04 Tłuszcz[g]: 65,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 312,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:30,12 Sód [g]: 2,31	Wartość energet. [kcal] 2209 Białko ogółem [g]: 92,04 Tłuszcz[g]: 65,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 312,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:30,12 Sód [g]: 2,31	Wartość energet. [kcal] 2293 Białko ogółem [g]: 98,63 Tłuszcz[g]: 72,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,88 Węglowodany ogółem[g]: 304,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:38,,99 Sód[g]: 2,42	Wartość energet. [kcal]2039 Białko ogółem [g] 69,66 Tłuszcz[g] 52.12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 299.34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód[g] 2,01
-----------------------	---	--	--	--	---

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSILEK MSWiA

1.09.2024-10.09.2024

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, 4 września 2024										
	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1) 350ml	256	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1) 350ml	256	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1) 350ml	256	Serek wiejski (*7) 150g	142	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		
	Jajko w sosie koperkowym (*7*3) 50g/30ml	95	Jajko w sosie koperkowym (*7*3) 50g/30ml	95	Szynka drobiowa (*9*10+1) 50g	116	Jajko w sosie koperkowym (*7*3) 50g/30ml	95		
	Szynka drobiowa (*9*10+1) 30g	31	Szynka drobiowa (*9*10+1) 30g	31	Serek kanapkowy śmietankowy*7 1szt./17g	52	Szynka drobiowa (*9*10+1) 30g	31	Herbata 250ml	
	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17		
	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 śniadanie	Brzoskwinia 1szt./100g	45	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Brzoskwinia 1szt./100g	45	Mus owocowy 100%/100g	54
							Pestki słonecznika (+8) 10g	54		
Obiad	Zupa jarzynowa na wywarze mięsno - warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml	242	Zupa jarzynowa na wywarze mięsno - warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml	242	Zupa jarzynowa na wywarze mięsno - warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml	242	Zupa jarzynowa na wywarze mięsno - warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml	242	Zupa jarzynowa (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowo-wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
	Łazanki z mięsem wieprzowym i kapustą kiszoną (*1*3*9) 300g	452	Makaron z sosem mięsnym wieprzowo-drobiowym z warzywami (*1*3*7) 300g	405	Makaron z sosem mięsnym wieprzowo-drobiowym z warzywami (*1*3*7) 300g	405	Łazanki z kapustą kiszoną i mięsem wieprzowym z makaronem pełnoziarnistym (*1*3*9) 300g	452		
	Jabłko 1szt./150g	75	Banan 1szt./150g	110	Banan 1szt./150g	110	Jabłko 1szt./150g	75	Kompot wieloowocowy 250ml	50
	Cukinia gotowana z olejem rzepakowym 50g	29	Cukinia gotowana z olejem rzepakowym 50g	29	Cukinia gotowana z olejem rzepakowym 50g	29	Cukinia gotowana z olejem rzepakowym 50g	29		
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml	29		
Podwie	Galaretką z owocami bez cukru 123g	100	Galaretką z owocami bez cukru 123g	100	Galaretką z owocami bez cukru 123g	100	Sałatka ze świeżych warzyw z oliwą z oliwek i pestkami dyni 150g (+8)	85	Jogurt owocowy (*7) 150g	125
Kolacja	Twarożek z koperkiem (*7) 70g	89	Twarożek z koperkiem (*7) 70g	89	Twarożek z koperkiem (*7) 70g	89	Twarożek z koperkiem (*7) 70g	89	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 (*6+7+9) 30g	29	Herbata 250ml	
	Papryka 100g	20	Pomidor 100g	19	Pomidor 100g	19	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 kanapkowe 83% (*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116		
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata 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 wielowarzywny 200ml	41		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2537		Wartość energet. [kcal] 2504		Wartość energet. [kcal] 2477		Wartość energet. [kcal] 2340		Wartość energet. [kcal]2021	
	Białko ogółem [g]: 122,12		Białko ogółem [g]: 115,02		Białko ogółem [g]: 114,99		Białko ogółem [g]: 115,63		Białko ogółem [g] 80,45	
	Tłuszcz[g]: 82,43		Tłuszcz[g]: 73,45		Tłuszcz[g]: 72,54		Tłuszcz[g]: 74,122		Tłuszcz[g] 56,54	
	w tym tłuszcze nasycone[g]: 30,23		w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56		w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,02		w tym tłuszcze nasycone[g]: 21,03		w tym nasycone [g] 19,23	
	Węglowodany ogółem[g]: 331,56		Węglowodany ogółem[g]: 328,04		Węglowodany ogółem[g]: 327,87		Węglowodany ogółem[g]: 319,12		Węglowodany ogółem [g] 297,23	
w tym cukry[g]: 58,23		w tym cukry[g]: 50,23		w tym cukry[g]: 50,23		w tym cukry[g]: 41,64		W tym cukry [g] 31,12		
Błonnik[g]: 42,03		Błonnik[g]:33,12		Błonnik[g]:29,12		Błonnik[g]:41,99		Błonnik[g] 29,54		
Sód[g]: 2,42		Sód[g]: 2,26		Sód [g]: 2,26		Sód [g]: 2,31		Sód [g] 2,22		

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSILEK MSWiA

1.09.2024-10.09.2024

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, 5 września 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	Polędwica drobiowa z majerankiem (+1+9+10+11)30g	32	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	Polędwica drobiowa z majerankiem (+1+9+10+11) 60g	62	Polędwica drobiowa z majerankiem (+1+9+10+11) 60g	62	Paszтет zapiekany z suszonymi pomidorami (*1*3*9+6) 50g	156		
	Ser żółty(*7) 20g	70	Mozarella plastry *7 20g	56	Mozarella plastry *7 20g	56	Ser żółty (*7) 20g	70	Herbata 250ml	
	Ogórek kiszony	14	Cukinia parzona 80g	14	Cukinia parzona 80g	14	Ogórek kiszony 80g	1		
	Salata 1 liść /5g	1	Salata 1 liść /5g	1	Salata 1 liść /5g	1	Salata 1 liść /5g	221		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g			
	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	Nektarynka 120g	60	Banan 120g	110	Banan 120g	110	Nektarynka 120g Migdały (*8) 10g	60 62	Serek wiejski (*7) 150g	142
Obiad	Barszcz czerwony na wywarze mięsno - warzywnym z buraków z fasolą i ziemniakami (*7,*9) 400ml	273	Barszcz czerwony na wywarze mięsno - warzywnym z buraków z ziemniakami (*7,*9) 400ml	223	Barszcz czerwony na wywarze mięsno - warzywnym z buraków z ziemniakami (*7,*9) 400ml	223	Barszcz czerwony na wywarze mięsno - warzywnym z buraków z fasolą (*7,*9) 400ml	273	Barszcz czerwony (*7*9), ziemniaki, mięso wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
	Pierogi ruskie z mąki pszennej z farszem ziemniaczano- twarogowym okraszone masłem (*1*3*7) 6szt./250g	545	Pierogi ruskie z mąki pszennej z farszem ziemniaczano- twarogowym okraszone masłem (*1*3*7) 6szt./250g	545	Pierogi ruskie z mąki pszennej z farszem ziemniaczano- twarogowym okraszone masłem (*1*3*7) 6szt./250g	545	Pyzy ziemniaczane z ziemniaków mięsem mieszanym drobiowo- wiewprzowym (*1*3*7) 6szt./300g	460	Kompot owocowy 250ml	50
	Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 150g	71	Marchewka gotowana 150g	45	Marchewka gotowana 150g	45	Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 150g	71		
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml			
Podwieczorek	Mus owocowy z jabłkiem, brzoskwinia i twarogiem bez cukru (*7) 125g	90	Mus owocowy z jabłkiem, brzoskwinia i twarogiem bez cukru (*7) 125g	90	Mus owocowy z jabłkiem, brzoskwinia i twarogiem bez cukru (*7) 125g	90	Serek wiejski (*7) 150g Otręby pszenne (*1) 10g	142 32	Mus owocowy z jabłkiem, brzoskwinia i twarogiem bez cukru (*7) 125g	90
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 na ciepło z ryżu brązowego warzywami i piersią z kurczaka (*9) 150g	148	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	545
	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9		
	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 b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml				
Noency	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, polędwicą sopočką, sałata i papryką (*7*1*6+9+10) 100g	143	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, polędwicą sopočką, sałata i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	154	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, polędwicą sopočką sałata i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	154	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, polędwicą sopočką, sałata 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 ODŻWICZE	Wartość energet. [kcal] 2726		Wartość energet. [kcal] 2599		Wartość energet. [kcal] 2599		Wartość energet. [kcal] 2500		Wartość energet. [kcal]2054	
	Białko ogółem [g]: 125,26		Białko ogółem [g] 118,02		Białko ogółem [g] 118,02		Białko ogółem [g] 120,23		Białko ogółem [g] 83,45	
	Tłuszcz[g]: 90,04		Tłuszcz[g] 77,65		Tłuszcz[g] 77,65		Tłuszcz[g] 92,12		Tłuszcz[g] 62,54	
	w tym tłuszcze nasycone[g]: 33,03		w tym nasycone [g] 29,44		w tym nasycone [g] 29,44		w tym nasycone [g] 28,12		w tym nasycone [g] 17,23	
	Węglowodany ogółem[g]: 341,27		Węglowodany ogółem [g] 332,01		Węglowodany ogółem [g] 332,01		Węglowodany ogółem [g] 312,56		Węglowodany ogółem [g] 292,63	
w tym cukry[g]: 57,64		W tym cukry [g] 50,12		W tym cukry [g] 50,12		W tym cukry [g] 42,76		W tym cukry [g] 31,12		
Błonnik[g]: 45,72		Błonnik[g] 34,34		Błonnik[g] 34,34		Błonnik[g] 32,123		Błonnik[g] 32,54		
Sód[g]: 2,54		Sód [g] 2,07		Sód [g] 2,07		Sód [g] 2,33		Sód [g] 2,006		

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSILEK MSWiA

1.09.2024-10.09.2024

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, 6 września 2024										
	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal
Śniadanie	Ryż biały na mleku (*7)350ml	255	Ryż biały na mleku (*7)350ml	255	Ryż biały na mleku (*7)350ml	255	Jogurt naturalny (*7) 200g	120	Ryż 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		
	Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g	40	Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g	40	Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g	40	Szynka z indyka 75%(*9*10) 20g	19		
	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17		
	Sałata 1 liść/5g	1	Sałata 1 liść /5g	1	Sałata 1 liść	1	Sałata 1 liść	1		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	221	Herbata z cukrem 250ml	
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116		
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml			
II śniadanie	Arbuz 150g	55	Arbuz 150g	55	Arbuz 150g	55	Jabłko 1szt./120g	75	Jogurt naturalny (*7) 150g	90
							Pestki słonecznika (+8) 10g	54		
Obiad	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno - warzywnym z zacierką (*1*7*9) 400ml	232	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno - warzywnym z zacierką (*1*7*9) 400ml	232	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno - warzywnym z zacierką (*1*7*9) 400ml	232	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno - warzywnym z makaronem razowym (*1*7*9) 400ml	226	Zupa szpinakowa (*7*9), ziemniaki, ryba na parze (*4), mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
	Filet z ryby mintaj panierowany i smażony w bułce tartej (*1*3*4) 90g	265	Filet z ryby mintaj na parze z masłem i koperkiem (*4*7) 90g	189	Filet z ryby mintaj na parze z masłem i koperkiem (*4*7) 90g	189	Filet z ryby mintaj na parze z masłem i koperkiem (*4*7) 90g	265		
	Ziemniaki 200g	45	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142		
	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g	38	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g	45	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g	45	Surówka z buraka i jabłka 70g	44	Kompot owocowy 250ml	50
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Sałata z oliwą 50g	38		
							Woda 500ml			
Podwie	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	71	Deser z przetartych owoców bez cukru 100%/120g	71
							Pestki dyni (+8) 10g	56		
Kolacja	Pasta twarogowo-pomidorowa (*7) 70g	85	Pasta twarogowo-pomidorowa (*7) 70g	85	Pasta twarogowo-pomidorowa (*7) 70g	85	Pasta twarogowo-pomidorowa (*7) 70g	85	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	545
	Poledwica drobiowa (*1+6+9+10) 20g	19	Poledwica drobiowa (*1+6+9+10) 20g	19	Poledwica drobiowa (*1+6+9+10) 20g	19	Poledwica drobiowa (*1+6+9+10) 20g	19		
	Ogórek kiszony 50g	6	Cukinia gotowana 50g	7	Cukinia gotowana 50g	7	ogórek kiszony 50g	6		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g	221		
	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, mozzarellą ,sałatą i papryką (*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 wielowarzywny 300ml	41		

WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2427	Wartość energet. [kcal] 2359	Wartość energet. [kcal]2339	Wartość energet. [kcal] 2217	Wartość energet. [kcal]1999
	Białko ogółem [g]: 119,04	Białko ogółem [g]: 112,54	Białko ogółem [g]: 113,11	Białko ogółem [g] 102,66	Białko ogółem [g] 74,45
	Tłuszcz[g]: 75,12	Tłuszcz[g]: 72,02	Tłuszcz[g]: 68,02	Tłuszcz[g] 75,72	Tłuszcz[g] 50,54
	w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56	w tym tłuszcze nasycone[g]:20,05	w tym tłuszcze nasycone[g]:20,05	w tym nasycone [g] 22,09	w tym nasycone [g] 19,23
	Węglowodany ogółem[g]: 324,23	Węglowodany ogółem[g]: 335,24	Węglowodany ogółem[g]: 335,24	Węglowodany ogółem [g] 310,16	Węglowodany ogółem [g] 292,63
w tym cukry[g]: 46,245	w tym cukry[g]: 51,19	w tym cukry[g]: 51,19	W tym cukry [g] 39,09	W tym cukry [g] 31,12	
Błonnik[g]:40,12	Błonnik[g]: 40,12	Błonnik[g]: 40,12	Błonnik[g] 38,23	Błonnik[g] 24,54	
Sód[g]: 2,53	Sód [g]: 2,22	Sód [g]: 2,19	Sód[g] 2,22	Sód [g] 1,78	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSILEK MSWiA

1.09.2024-10.09.2024

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, 7 września 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 homogenizowany naturalny (*7) 150g	145	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		
Obiad	Mozzarella (*7) 20g	56	Mozzarella (*7) 20g	56	Mozzarella (*7) 20g	56	Mozzarella (*7) 20g	56	Herbata 250ml	
	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17		
Podwiecz	Sałata 1 liść /5g	1	Sałata 1 liść /5g	1	Sałata 1 liść /5g	1	Sałata 1 liść /5g	1		
	Herbata b/c 250ml	1	Herbata b/c 250ml	1	Herbata b/c 250ml	1	Herbata bez cukru 250ml	1		
Kolacja	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
	Orzechy włoskie (*8) 10g	68								
Nočný	Zupa grochowa na wywarze mięsno - warzywnym z ziemniakami (*9) 400ml	289	Zupa ziemniaczana na wywarze mięsno - warzywnym(*7*9) 400ml	178	Zupa ziemniaczana na wywarze mięsno - warzywnym (*7*9) 400ml	178	Zupa grochowa na wywarze mięsno - warzywnym z ziemniakami (*9) 400ml	289	Zupa ziemniaczana (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
	Pulpet drobiowo-wieprzowy w sosie pieczarkowym (*1*7*9) 100g/50ml	276	Pulpet drobiowo-wieprzowy w sosie własnym (*1*7*9) 100g/50ml	255	Pulpet drobiowo-wieprzowy w sosie własnym (*1*7*9) 100g/50ml	255	Pulpet drobiowo-wieprzowy w sosie pieczarkowym (*1*7*9) 100g/50ml	276		
Kolejny	Kasza gryczana 200g	242	Kasza jęczmienna (*1) 200g	218	Kasza jęczmienna (*1) 200g	218	Kasza gryczana 200g	242	Kompot wielowocowy 250ml	50
	Ogórek kiszony 70g	10	Szpinak gotowany 70g	15	Szpinak gotowany 70g	15	Ogórek kiszony 70g	11		
Wartości odżywcze	Sałata z oliwą 50g	38	Sałata z oliwą 50g	38	Sałata z oliwą 50g	38	Sałata z oliwą 50g	38		
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml	50		
Wartości odżywcze	Ciastka zbożowe z czekoladą(*1) 25g	116	Galaretka z owocami bez cukru 123g	100	Galaretka z owocami bez cukru 123g	100	Galaretka z owocami bez cukru 123g	100	Serek homogenizowany nat. (*7) 150g	145
	Pasta rybno- jajeczna z łososiem i koperkiem (*4*3) 70g	94	Pasta rybno- jajeczna z łososiem i koperkiem (*4*3) 70g	94	Pasta rybno- jajeczna z łososiem i koperkiem (*4*3) 70g	94	Pasta rybno-jajeczna z łososiem i koperkiem (*4*3) 80g	112	Mięso drobiowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	545
Wartości odżywcze	miód 15g	40	miód 15g	40	miód 15g	40	Papryka 100g	20		
	Papryka 100g	20	Cukinia gotowana 100g	15	Cukinia gotowana 100g	15	Chleb razowy (*1) 100g	221		
Wartości odżywcze	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Herbata 250ml	
	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	116		
Wartości odżywcze	Herbata b/c 250ml	1	Herbata b/c 250ml	1	Herbata b/c 250ml	1	Herbata bez cukru 250ml	1		
	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		
Wartości odżywcze	Sok buraczano-jabłkowy 300ml	111	Sok buraczano-jabłkowy 300ml	111	Sok buraczano-jabłkowy 300ml	111	Sok wielowarzywny 300ml	41		
Wartości odżywcze	Wartość energet. [kcal] 2610		Wartość energet. [kcal] 2453		Wartość energet. [kcal]2453		Wartość energet. [kcal] 2413		Wartość energet. [kcal]2021	
	Białko ogółem [g]125,54		Białko ogółem [g]: 119,66		Białko ogółem [g]: 119,66		Białko ogółem [g]: 121,63		Białko ogółem [g] 80,45	
Wartości odżywcze	Tłuszcz[g] 87,123		Tłuszcz[g]: 78,12		Tłuszcz[g]: 78,12		Tłuszcz[g]: 80,123		Tłuszcz[g] 58,54	
	w tym nasycone [g] 31,12		w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05		w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05		w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,03		w tym nasycone [g] 19,23	
Wartości odżywcze	Węglowodany ogółem [g] 321,99		Węglowodany ogółem[g]: 325,054		Węglowodany ogółem[g]: 325,054		Węglowodany ogółem[g]: 317,12		Węglowodany ogółem [g] 299,63	
	W tym cukry [g] 59,23		w tym cukry[g]: 53,19		w tym cukry[g]: 53,19		w tym cukry[g]: 41,64		W tym cukry [g] 39,12	
Wartości odżywcze	Błonnik[g] 44,65		Błonnik[g]: 32,12		Błonnik[g]: 32,12		Błonnik[g]:45,99		Błonnik[g] 24,54	
	Sód[g] 2,54		Sód [g]: 2,16		Sód [g]: 2,16		Sód [g]: 2,44		Sód [g] 1,78	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSILEK MSWiA

1.09.2024-10.09.2024

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, 8 września 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	Jogurt naturalny (*7) 200g	120	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		
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		
	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		
	Ogórek 80g	14	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Ogórek 80g	14	Herbata 250ml	
	Liść sałaty 5g	1	Liść sałaty 5g	1	Liść sałaty 5g	1	Liść sałaty 5g	1		
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 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	Grejpfrut 1szt./200g Pestki dyni (+8) 10g	105 56	Jogurt naturalny (*7) 150g	90
Obiad	Rosół na wywarze mięsno-warzywnym z ryżem (*9) 400ml	186	Rosół na wywarze mięsno-warzywnym z ryżem(*9) 400ml	186	Rosół na wywarze mięsno-warzywnym z ryżem(*9) 400ml	186	Rosół na wywarze mięsno-warzywnym z ryżem brązowym (*9) 400ml	184	Rosół (*9) ziemniaki, mięso wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
	Udko pieczone z kurczaka (*9) 150g	254	Udko z kurczaka gotowane w sosie koperkowym (*7*9) 150g/30ml	194	Udko z kurczaka gotowane w sosie koperkowym (*7*9) 150g/30ml	194	Udko z kurczaka gotowane w sosie koperkowym (*7*9) 150g/30ml	194		
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142		
	Surówka z czerwonej kapusty i marchewki z koperkiem i olejem rzepakowym 70g	54	Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7)70g	42	Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7)70g	42	Surówka z czerwonej kapusty marchewki z koperkiem i olejem rzepakowym 70g	54	Kompot owocowy 250ml	50
	Fasolka szparagowa 50g	14	Szpinak gotowany 50g	11	Szpinak gotowany 50g	11	Fasolka szparagowa 50g	14		
Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml	14			
Podwie	Jogurt naturalny (*7) 200g	120	Jogurt naturalny (*7) 200g	120	Jogurt naturalny (*7) 200g	120	Serek wiejski (*7) 150g Otręby pszenne (*1) 10g	142 32	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		
	Papryka 50g	10	Cukinia parzona 50g	9	Papryka 50g	9	Papryka 50g	10		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g	221		
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g	116		
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c250ml		Herbata b/c 250ml				
Noce	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, poledwicą sopoćką, sałatą i papryką (*7*1*6+9+10) 100g	143	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwicą sopoćką, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	154	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwicą sopoćką sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	154	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, poledwicą sopoćką, 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] 2422 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]:40,12 Sód[g]: 2,33		Wartość energet. [kcal] 2364 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 Sód [g]: 2,12		Wartość energet. [kcal]2364 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 Sód [g]: 2,12		Wartość energet. [kcal] 2153 Białko ogółem [g] 104,53 Tłuszcz[g] 75,96 w tym nasycone [g] 23,12 Węglowodany ogółem [g] 302,55 W tym cukry [g] 43,23 Błonnik[g] 39,30 Sód[g] 2,02		Wartość energet. [kcal]2014 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

1.09.2024-10.09.2024

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, 9 września 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 Szynka parzona wieprzowa (*6+1+10) 60g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 80g Sałata 1 liść Chleb mieszany ziarnisty (*)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Herbata b/c 250ml	255 59 40 17 1 261 116	Płatki jaglane na mleku (*) 350ml Szynka parzona wieprzowa (*6+1+10) 60g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 80g Sałata 1 liść Chleb pszenny (*)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Herbata b/c 250ml	255 59 40 17 1 263 116	Płatki jaglane na mleku (*) 350ml Szynka parzona wieprzowa (*6+1+10) 60g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 80g Sałata 1 liść Chleb pszenny (*)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Herbata b/c 250ml	255 59 40 17 1 263 116	Ser żółty (*) 30g Szynka parzona wieprzowa (*6+1+10) 60g Serek kanapkowy smietankowy *7/17g Pomidor 80g Sałata 1 liść Chleb razowy (*)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Herbata b/c 250ml	106 59 47 17 1 221 116	Płatki jaglane na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml	602
II śniadanie	Pomarańcza 200g	112	Jogurt naturalny (*) 200g	120	Jogurt naturalny (*) 200g	120	Pomarańcza 200g Orzechy włoskie (*8)10g	112 68	Jogurt naturalny (*) 150g	90
Obiad	Kapuśniak na wywarze mięsno -warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Sos po chińsku z kurczakiem i warzywami (*1*7) 150g Ryż biały 200g Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g Kalafior gotowany 50g Kompot wieloowocowy 250ml	235 231 260 45 14 50	Zupa wiejska na wywarze mięsno -warzywnym z ziemniakami (*7*9) 500ml Sos drobiowy z warzywami (*1*7*9) 150g Ryż biały 200g Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g Kalafior gotowany 50g Kompot wieloowocowy 250ml	212 201 260 45 14 50	Zupa wiejska na wywarze mięsno -warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Sos drobiowy z warzywami (*1*7*9) 150g Ryż biały 200g Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g Kalafior gotowany 50g Kompot wieloowocowy 250ml	212 201 260 45 14 50	Kapuśniak na wywarze mięsno -warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Sos po chińsku z kurczakiem i warzywami (*1*7) 150g Ryż brązowy 200g Surówka z buraka i jabłka 70g Kalafior gotowany 50g Woda 500ml	235 231 236 44 14	Zupa wiejska (*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 Pestki słonecznika (+8) 10g	90 54	Mus owocowy z jabłkiem, brzoskwinia i twarogiem bez cukru (*7) 125g	90
Kolacja	Pasta rybna z makreli i koperku(*4*7) 70g Miód 15g Ogórek kiszony 100g Chleb mieszany ziarnisty (*) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	82 40 12 261 116	Pasta rybna z makreli i koperku(*4*7) 70g Miód 15g Cukinia parzona 100g Chleb pszenny (*) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	82 40 15 263 116	Pasta rybna z morszczuka i koperku(*4*7) 70g Miód 15g Cukinia parzona 100g Chleb pszenny (*) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	82 40 15 263 116	Pasta rybna z morszczuka i koperku(*4*7) 80g Ogórek kiszony 100g Chleb razowy (*) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata bez cukru 250ml	92 12 221 116	Mięso drobiowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	545
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, polędwicą wieprzową, sałata i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g Sok buraczano-jabłkowy 300ml	143 111	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, polędwicą drobiową, sałata i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Sok buraczano-jabłkowy 300ml	154 111	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, polędwicą drobiową, sałata i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Sok buraczano-jabłkowy 300ml	154 111	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, polędwicą wieprzową, sałata i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g Sok wielowarzywny 300ml	143 41		

WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2547 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] 2490 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] 2490 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] 2357 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] 2002 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 POSILEK MSWiA

1.09.2024-10.09.2024

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, 10 września 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	Jogurt naturalny (*7) 200g	120	Płatki jęczmienne 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	Szynka z indyka 75%(*9*10) 20g	112		
	Szynka z indyka 75%(*9*10) 20g	19	Szynka z indyka 75%(*9*10) 20g	19	Szynka z indyka 75%(*9*10) 20g	19	Rzodkiew biała 80g	19		
	Rzodkiew biała 80g	14	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Salata 1 liść	14		
	Salata 1 liść/5g	1	Salata 1 liść/5g	1	Salata 1 liść	1	Chleb raziany (*1) 100g	1	Herbata z cukrem 250ml	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	116			
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml						
II śniadanie	Arbuz 150g	55	Arbuz 150g	55	Arbuz 150g	55	Jabłko 1szt./120g Migdały (*8) 10g	75 62	Mus owocowy z jabłkiem, brzoskwinia bez cukru (*7) 125g	90
Obiad	Zupa kalafiorowa na wywarze mięsno - warzywnym z zacierką (*1*7*9)	221	Zupa kalafiorowa na wywarze mięsno - warzywnym z zacierką (*1*7*9) 400ml	221	Zupa kalafiorowa na wywarze mięsno - warzywnym z zacierką (*1*7*9) 400ml	221	Zupa kalafiorowa na wywarze mięsno - warzywnym z ziemniakami (*1*7*9) 400ml	215	Zupa kalafiorowa (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
	Gotowana pierś z kurczaka gotowana w sosie z włoszczyzny z ziołami 100g/30g	201	Gotowana pierś z kurczaka gotowana w sosie z włoszczyzny z ziołami 100g/30g	201	Gotowana pierś z kurczaka gotowana w sosie z włoszczyzny z ziołami 100g/30g	201	Gotowana pierś z kurczaka gotowana w sosie z włoszczyzny z ziołami (*7) 100g/30g	201	Kompot wieloowocowy 250ml	50
	ziemniaki 200g	142	ziemniaki 200g	142	ziemniaki 220g	142	ziemniaki 200g	142		
	Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 70g	46	Cukinia gotowana z masłem (*7) 70g	32	Cukinia gotowana z masłem (*7) 70g	32	Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 70g	46		
	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	16			
Podwier	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	Serek wiejski (*7) 150g Otręby pszenne (*1) 10g	142 32	Serek wiejski (*7) 150g	142
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, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	545
	Serek kanapkowy twarogowy (*7) 1szt./17g	47	Serek kanapkowy twarogowy (*7) 1szt./17g	47	Serek kanapkowy twarogowy (*7) 1szt./17g	47	Serek kanapkowy twarogowy (*7) 1szt./17g	47		
	Ogórek 50g	6	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Ogórek 50g	6		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	221		
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe 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				
Noony	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] 2291		Wartość energet. [kcal] 2284		Wartość energet. [kcal] 2264		Wartość energet. [kcal] 2214		Wartość energet. [kcal]2054	
	Białko ogółem [g]: 103,15		Białko ogółem [g]: 100,78		Białko ogółem [g]: 101,34		Białko ogółem [g]:102,23		Białko ogółem [g] 72,34	
	Tłuszcz[g]: 77,34		Tłuszcz[g]: 64,97		Tłuszcz[g]: 63,12		Tłuszcz[g]: 70,12		Tłuszcz[g] 49,73	
	w tym tłuszcze nasycone[g]: 30,23		w tym tłuszcze nasycone[g]: 25,11		w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,67		w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,03		w tym nasycone [g] 19,23	
	Węglowodany ogółem[g]: 315,56		Węglowodany ogółem[g]: 322,12		Węglowodany ogółem[g]: 322,12		Węglowodany ogółem[g]: 301,82		Węglowodany ogółem [g] 288,34	
w tym cukry[g]: 58,23		w tym cukry[g]: 58,45		w tym cukry[g]: 58,45		w tym cukry[g]:41,23		W tym cukry [g] 30,22		
Błonnik[g]: 38,93		Błonnik[g]: 35,11		Błonnik[g]: 35,03		Błonnik[g]: 42,09		Błonnik[g] 22,45		
Sód [g]: 2,56		Sód [g]: 2,42		Sód [g]: 2,38		Sód[g]:2,52		Sód [g] 2,02		

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