

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

11.11.2024-20.11.2024

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, 11 listopada 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 50g Sałata 1 liść Chleb mieszany ziarnisty (*)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Herbata b/c 250ml	255 59 40 9 1 261 116	Płatki jaglane na mleku (*) 350ml Szynka parzona wieprzowa (*6+1+10) 60g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Sałata 1 liść Chleb pszenny (*)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Herbata b/c 250ml	255 59 40 9 1 263 116	Płatki jaglane na mleku (*) 350ml Szynka parzona wieprzowa (*6+1+10) 60g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Sałata 1 liść Chleb pszenny (*)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Herbata b/c 250ml	255 59 60 40 9 263 116	Jogurt naturalny (*) 100g Szynka parzona wieprzowa (*6+1+10) 60g Ogórek 50g Pomidor 50g Sałata 1 liść Chleb razowy (*)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Herbata b/c 250ml	60 59 6 9 1 221 116	Płatki jaglane na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml	602
II śniadanie	Banan 1szt./150g	110	Jogurt owocowy (*) 150g	125	Jogurt owocowy (*) 150g	125	Pomarańcza 150g Pestki słonecznika (+8)10g	112 54	Jogurt owocowy (*) 150g	125
Obiad	Zupa grochowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*) 400ml Potrawka z kurczaka z warzywami (*) 100g/30ml Ryż biały gotowany 200g Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g Brokuł gotowany 50g Kompot owocowy 250ml	302 201 260 45 16 50	Zupa ziemniaczana na wywarze mięsno-warzywnym (*) 400ml Potrawka z kurczaka z warzywami (*) 100g/30ml Ryż biały 200g Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g Brokuł gotowany 50g Kompot owocowy 250ml	186 201 260 45 16 50	Zupa ziemniaczana na wywarze mięsno-warzywnym (*) 400ml Potrawka z kurczaka z warzywami (*) 100g/30ml Ryż biały 200g Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g Brokuł gotowany 50g Kompot owocowy 250ml	186 201 260 45 16 50	Zupa grochowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*) 400ml Potrawka z kurczaka z warzywami (*) 100g/30ml Ryż brązowy 200g Surówka z buraka i jabłka 70g Brokuł gotowany 50g Woda 500ml	302 201 232 44 16	Zupa ziemniaczana (*7,*9), ziemniaki, mięso wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml	625 50
wPodi	Serek wiejski (*) 150g	142	Serek wiejski (*) 150g	142	Serek wiejski (*) 150g	142	Serek wiejski (*) 150g	142	Serek wiejski (*) 150g	142
Kolacja	Paprykarz szczeciński (*4*9+1+3+7+10) 50g Mozzarella plastry (*) 20g Ogórek kiszony 50g Chleb mieszany ziarnisty (*) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*) 20g Herbata b/c 250ml	90 46 10 6 261 116	Pasta rybna z morskiczka i koperku(*4*7) 60g Mozzarella plastry (*) 20g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*) 20g Herbata b/c 250ml	78 46 10 263 116	Pasta rybna z morskiczka i koperku(*4*7) 60g Mozzarella plastry (*) 20g Pomidor 50g Chleb pszenny (*) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*) 20g Herbata b/c 250ml	78 46 46 10 263 116	Paprykarz szczeciński (*4*9+1+3+7+10) 50g Mozzarella plastry (*) 20g Ogórek kiszony 50g Chleb razowy (*) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*) 20g Herbata bez cukru 250ml	90 46 6 221 116	Mięso drobiowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*) 450ml Herbata 250ml	545
Noenoy	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, poledwicą wieprzową, serem mozzarella, sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g Gruszka 1 szt 150g	213 85	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwicą drobiową, mozzarellą, sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Galaretka owocowa 123 g	208 111	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwicą drobiową, sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Galaretka owocowa 123G	208 111	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, poledwicą wieprzową, serem mozzarella, sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g Marchew tarkowana 150g	213 41		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2716 Białko ogółem [g]: 121,76 Tłuszcz[g]: 93,34 w tym tłuszcze nasycone[g]: 30,23 Węglowodany ogółem[g]: 336,56 w tym cukry[g]: 58,23 Błonnik[g]: 42,03 Sód [g]: 3,82		Wartość energet. [kcal] 2571 Białko ogółem [g]: 110,65 Tłuszcz[g]: 82,112 w tym tłuszcze nasycone[g]: 28,30 Węglowodany ogółem[g]: 341,87 w tym cukry[g]: 57,18 Błonnik[g]: 29,72 Sód [g]: 3,55		Wartość energet. [kcal] 2571 Białko ogółem [g]: 110,65 Tłuszcz[g]: 82,112 w tym tłuszcze nasycone[g]: 28,30 Węglowodany ogółem[g]: 341,87 w tym cukry[g]: 57,18 Błonnik[g]: 29,72 Sód [g]: 3,55		Wartość energet. [kcal] 2440 Białko ogółem [g]: 112,34 Tłuszcz[g]: 85,59 w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,04 Węglowodany ogółem[g]: 323,67 w tym cukry[g]: 40,34 Błonnik[g]: 36,78 Sód [g]: 3,42		Wartość energet. [kcal] 2101 Białko ogółem [g]: 77,45 Tłuszcz[g]: 62,12 w tym nasycone [g]: 19,23 Węglowodany ogółem [g]: 295,34 w tym cukry [g]: 30,22 Błonnik[g]: 22,45 Sód [g]: 2,84	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

11.11.2024-20.11.2024

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, 12 listopada 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	Ser żółty (*7) 20g	70	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	Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 70g	19	Szynka z indyka 75%(*9*10) 20g		
	Szynka z indyka 75% (*9*10) 20g	19	Szynka z indyka 75% (*9*10) 20g	19	Szynka z indyka 75% (*9*10) 20g	19	Szynka z indyka 75%(*9*10) 20g	10	Papryka 50g		
	Papryka 50g	10	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Papryka 50g	1	Salata 1 liść		
	Salata 1 liść/5g	1	Salata 1 liść /5g	1	Salata 1 liść	1	Salata 1 liść	221	Chleb razowy (*1) 100g		
	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		
	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		Herbata b/c 250ml				
	II śniadanie	Mandarynka 150g	45	Mus owocowy truskawkowy 123g	45	Mus owocowy truskawkowy 123g	45	Mandarynka 150g Pestki dyni (+8) 10g	45 58	Sok pomidorowy 300ml	36
	Obiad	Barszcz czerwony po ukraińsku na wywarze mięsno- warzywnym z fasolą i ziemniakami (*7*9) 400ml	325	Barszcz czerwony buraczany z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9)400ml	242	Barszcz czerwony buraczany z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9)400ml	242	Barszcz czerwony po ukraińsku na wywarze mięsno- warzywnym z fasolą i ziemniakami (*7*9) 400ml	325	Barszcz czerwony (*7*9) ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
Łazanki z mięsem wieprzowym z szynki i kapustą kiszoną i makaronem (*1*3*9) 300g		452	Makaron gotowany z mięsem wieprzowo-drobiowym i warzywami (*1*3*7) 300g	425	Makaron gotowany z mięsem wieprzowo-drobiowym i warzywami (*1*3*7) 300g	425	Łazanki z kapustą i mięsem wieprzowym z makaronem pełnoziarnistym (*1*3*9) 350g	415	Kompot wieloowocowy 250ml	50	
Banan 1szt./150g		110	Banan 150g	110	Banan 150g	110	Jabłko 1szt./150g	75			
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 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml				
Pod	Kefir (*7) 200ml	102	Kefir (*7) 200ml	102	Kefir (*7) 200ml	102	Kefir 200ml (*7) Otręby pszenne (*1) 10g	102 28	Mus owocowy z jabłkiem, brzoskwinia i twarogiem bez cukru (*7) 125g	90	
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 kiszony 50g	6	Cukinia parzona 50g	7	Cukinia parzona 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 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					
Neony	Kanapka tostowa razowa z serem mozzarella, jajkiem, sałatą, papryką i masłem (*1*3*7+6+9+10) 1szt.	191	Kanapka tostowa pszenna z serem mozzarella,jajkiem, sałatą i masłem (*1*3*7+6+9+10) 1szt.	206	Kanapka tostowa pszenna z serem mozzarella, jajkiem, sałatą i masłem (*1*3*7+6+9+10)1szt.	206	Kanapka tostowa razowa z serem mozzarella, jajkiem, sałatą ,papryką i masłem (*1*3*7+6+9+10) 1szt.	191			
	Sok pomidorowy 300ml	36	Sok pomidorowy 300ml	36	Sok pomidorowy 300ml	36	Sok pomidorowy 300ml	36			

WARTOŚCI ODZTWICZE	Wartość energet. [kcal] 2612 Białko ogółem [g]: 115,34 Tłuszcz[g]: 94,54 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 335,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 41,09 Sól [g]: 4,98	Wartość energet. [kcal] 2502 Białko ogółem [g]: 105,22 Tłuszcz[g]: 75,34 w tym tłuszcze nasycone[g]: 15,56 Węglowodany ogółem[g]: 332,98 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:30,04 Sól [g]: 4,45	Wartość energet. [kcal] 2472 Białko ogółem [g]: 104,02 Tłuszcz[g]: 74,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 25,11 Węglowodany ogółem[g]: 330,56 w tym cukry[g]: 58,45 Błonnik[g]: 29,03 Sól [g]: 4,33	Wartość energet. [kcal] 2312 Białko ogółem [g]:105,98 Tłuszcz[g]: 92,65 w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,03 Węglowodany ogółem[g]: 291,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:45,99 Sól [g]: 4,49	Wartość energet. [kcal]1940 Białko ogółem [g] 69,45 Tłuszcz[g] 55,23 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 286,34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 26,45 Sól [g] 3,23
--------------------	---	---	---	---	--

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

11.11.2024-20.11.2024

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, 13 listopada 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 owsiane na mleku (*7) 350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7)350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7)350ml	247	Poledwica sopocka (*6+9+10) 40g	45	Płatki owsiane 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	Schab z kija (*6+9+10+) 60g	65	Schab z kija (*6+9+10+) 60g	65	Paszтет zapiekany z suszonymi pomidorami (*1*3*9+6) 50g	156		
	Ser żółty(*7) 20g	70	Pasta z pieczonych warzyw 50g	52	Pasta z pieczonych warzyw 50g	52	Ser żółty (*7) 20g	70		
	Papryka 50g	10	Cukinia parzona 50g	7	Cukinia parzona 50g	7	Papryka 50g	10		
	Salata 1 liść /5g	1	Salata 1 liść /5g	1	Salata 1 liść /5g	1	Salata 1 liść /5g	1	Herbata 250ml	
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g	221		
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116		
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml			
II śniadani	Banan 150g	110	Mus owocowy tubka 100%/100g	54	Mus owocowy tubka 100%/100g	54	Jabłko 150g Migdały (*8) 10g	75 62	Mus owocowy 100%/100g	54
Obiad	Zupa kalafiorowa z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml	242	Zupa kalafiorowa z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym(*1*7*9) 400ml	242	Zupa kalafiorowa z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym(*1*7*9) 400ml	242	Zupa kalafiorowa z makaronem razowym na wywarze mięsno-warzywnym(*1*7*9) 400ml	232	Zupa kalafiorowa (*7,*9), ziemniaki, Mięso drobiowe parowane, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
	Gołąbek bez zawijania z kapustą, ryżem i mięsem drobiowo-wieprzowym w sosie pomidorowym pieczony (*1*7*9) 100g/50ml	276	Pulpet mięsno-ryżowy z mięsa drobiowo-wieprzowego w sosie pomidorowym (*1*7*9) 90g/50ml	232	Pulpet mięsno-ryżowy z mięsa drobiowo-wieprzowego w sosie pomidorowym (*1*7*9) 90g/50ml	232	Gołąbek bez zawijania z kapustą, ryżem i mięsem drobiowo-wieprzowym w sosie pomidorowym pieczony (*1*7*9) 100g/50ml	276	Kompot wieloowocowy 250ml	50
	Ziemniaki 200g	142	Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 70g	38	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142		
	Salatka szwedzka z ogórka z olejem rzepakowym 70g	16	Brokuł gotowany 50g	15	Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 70g	38	Salatka szwedzka z ogórka z olejem rzepakowym 70g	16		
	Brokuł gotowany 50g	15	Kompot owocowy 250ml	50	Brokuł gotowany 50g	15	Brokuł gotowany 50g	15		
Kompot owocowy 250ml	50			Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml	18			
Podwi	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 owocowy (*7) 150g	125
Kolacja	Leczo warzywne z cukinii z mięsem z szynki wieprzowej 200g	172	Leczo warzywne z cukinii z mięsem z szynki wieprzowej 200g	172	Leczo warzywne z cukinii z mięsem z szynki wieprzowej 200g	172	Leczo warzywne z cukinii z mięsem z szynki wieprzowej 200g	172	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	545
	Ogórek 50g	6	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Ogórek 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 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				
Noctny	Kanapka tostowa razowa z serem mozzarella, poledwica sopocka, salata, papryka i maslem (*1*7+6+9+10) 1szt.	192	Kanapka tostowa pszenna z serem mozzarella, poledwica sopocka, salata i maslem (*1*7+6+9+10) 1szt.	208	Kanapka tostowa pszenna z serem mozzarella, poledwica sopocka, salata i maslem (*1*7+6+9+10) 1szt.	208	Kanapka tostowa razowa z serem mozzarella, poledwica sopocka, salata, papryka i maslem (*1*7+6+9+10) 1szt.	192		
	Mandarynka 100g	110	Banan 1szt/120g	110	Banan 1szt./120g	110	Marchew tarkowana z jablkiem 150g	41		

WARTOŚCI ODZTWIWCZE	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]	2658	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	1,8

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

11.11.2024-20.11.2024

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, 14 listopada 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 Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Połędwica sopocka (*6+1+9+10) 60g Mozzarella plaster (*7)20g Pomidor 50g Sałata 1 liść /5g Herbata b/c 250ml	245 261 116 62 56 9 1	Kasza manna na mleku (*7*1)350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Połędwica sopocka (*6+1+9+10) 60g Mozzarella plaster (*7)20g Pomidor 50g Sałata 1 liść/5g Herbata b/c 250ml	245 263 116 62 56 9 1	Kasza manna na mleku (*7*1)350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Połędwica sopocka (*6+1+9+10) 60g Mozzarella plaster (*7)20g Pomidor 50g Sałata 1 liść /5g Herbata b/c 250ml	245 263 116 62 56 9 1	Jogurt naturalny (*7) 100g Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Połędwica sopocka (*6+1+9+10) 60g Mozzarella plaster (*7)20g Pomidor 50g Sałata 1 liść/5g Herbata bez cukru 250ml	60 221 116 62 56 9 1	Kasza manna na mleku (*7*1), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml	602
II śniad	Gruszka 150g	110	Banan 120g	110	Banan 120g	110	Grejpfrut 200g Pestki dyni (+8) 10g	108 58	Serek wiejski (*7) 150g	142
Obiad	Kapuśniak z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym(*7*9) 400ml Pyzy ziemniaczane z mięsem mieszanym drobiowo-wieprzowym (*1*3*7) 5szt./250g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 150g Kompot wieloowocowy 250ml	262 502 60 50	Zupa wiejska na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Pierogi ruskie z nadzieniem twarogowo-ziemniaczanym okraszone masłem (*1*3*7) 6szt./250g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 150g Kompot wieloowocowy 250ml	186 528 60 50	Zupa wiejska na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Pierogi ruskie z nadzieniem twarogowo-ziemniaczanym okraszone masłem (*1*3*7) 6szt./250g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 150g Kompot wieloowocowy 250ml	186 528 60 50	Kapuśniak z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym(*7*9) 400ml Pyzy ziemniaczane z mięsem mieszanym drobiowo-wieprzowym (*1*3*7) 5szt./250g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 150g Woda 500ml	262 502 60	Zupa wiejska (*7, *9), ziemniaki, mięso wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml	625 50
Podwie	Mus owocowy z jabłkiem, brzoskwinią i twarogiem bez cukru (*7) 125g	90	Mus owocowy z jabłkiem, brzoskwinią i twarogiem bez cukru (*7) 125g	90	Mus owocowy z jabłkiem, brzoskwinią i twarogiem bez cukru (*7) 125g	90	Jogurt naturalny (*7) 150g Otręby pszenne (*1) 10g	142 32	Mus owocowy z jabłkiem, brzoskwinią i twarogiem bez cukru (*7) 125g	90
Kolacja	Risotto na ciepło z warzywami i piersią z kurczaka (*9) 200g Papryka 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	212 10 261 116	Risotto na ciepło z warzywami i piersią z kurczaka (*9) 200g Cukinia gotowana 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	212 7 263 116	Risotto na ciepło z warzywami i piersią z kurczaka (*9) 200g Cukinia gotowana 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	212 7 263 116	Risotto z ryżu brązowego na ciepło z warzywami i piersią z kurczaka (*9) 200g Papryka 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata bez cukru 250ml	202 10 221 116	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, połędwicą wieprzową, twarozkiem, sałata i papryką (*1*7*6+9+10) 100g jabłko 150g	169 75	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, połędwicą wieprzową, twarozkiem, sałata i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g jabłko pieczone 150g	175 75	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, połędwicą wieprzową, twarozkiem, sałata i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g jabłko pieczone 150g	175 75	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, połędwicą wieprzową, twarozkiem, sałata i papryką (*1*7*6+9+10) 100g słupki ogórka 150g	169 36		

WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2606 Białko ogółem [g] 107,54 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] 103,02 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] 103,02 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] 105,23 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 POSIŁEK MSWiA Poliklinika

11.11.2024-20.11.2024

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, 15 listopada 2024										
	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku (*7+1) 350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1) 350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1) 350ml	247	Kefir (*7) 200ml	102	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	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 (*3*7) 50g/30ml	95		
	Jajko w sosie koperkowym (*3*7) 50g/30ml	95	Jajko w sosie koperkowym (*3*7) 50g/30ml	95	Szynka drobiowa (+6+9+10) 50g	49	Szynka drobiowa(+6+9+10) 30g	29		
	Szynka drobiowa (+6+9+10) 30g	29	Szynka drobiowa(+6+9+10) 30g	29	Serek kanapkowy 1szt./17g (*7)	47	Papryka 50g	10	Herbata 250ml	
	Papryka 50g	10	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Liść sałaty 5g	1		
	Liść sałaty 5g	1	Liść sałaty 5g	1	Liść sałaty 5g	1	Herbata bez cukru 250ml			
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml					
II śniadanie	Banan 120g	110	Mus owocowy 100%/ 100ml	54	Mus owocowy 100%/100ml	54	Pomarańcza 150g Pestki słonecznika (+8) 10g	112 54	Mus owocowy 100%/100ml	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) 450ml	625
	Ryba morszczuk panierowana i pieczona w piecu z sosem po grecku (*1*4*9) 100g/50g	278	Ryba morszczuk pieczona z sosem po grecku (*1*4*9) 100g/50g	245	Ryba morszczuk pieczona z sosem po grecku (*1*4*9) 100g/50g	245	Ryba morszczuk pieczona z sosem po grecku (*1*4*9) 100g/50g	245	mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	35	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Kompot wieloowocowy 250ml	50
	Surówka z kiszzonej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 70g	48	Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 70g	36	Bukiet warzyw gotowany z masłem(*7) 70g	35	Surówka z kiszzonej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 70g	48		
	Sałata z oliwą z oliwek 50g	36	Sałata z oliwą z oliwek 50g	50	Sałata z oliwą z oliwek 50g	36	Sałata z oliwą z oliwek 50g	36		
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 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	Mandarynka 100g Migdały (*8) 10g	45 62	Jogurt owocowy *7 150g	125
Kolacja	Pasta twarogowa z zieleniną (*7) 60g	89	Pasta twarogowa z zieleniną (*7) 60g	89	Pasta twarogowa z zieleniną (*7) 60g	89	Pasta twarogowa z zieleniną (*7) 60g	89	Mięso drobiowe, 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	Polędwica drobiowa (*1+6+9+10) 20g	19		
	Ogórek 50g	6	Cukinia parzona 50g	9	Cukinia parzona 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 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		Herbata bez cukru 250ml				
Noctny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, polędwicą wieprzową, jajkiem, sałatą i ogórkiem (*1*3*6+9+10) 100g	195	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, polędwicą drobiową,jajkiem, sałatą i pomidorem (*1*3*6+9+10) 100g	201	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, polędwicą drobiową, jajkiem,salaatą i pomidorem (*1*3*6+9+10) 100g	201	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, polędwicą wieprzową,jajkiem, sałatą i ogórkiem (*1*6*3+9+10) 100g	195		
	Sok owocowy z marchwii z jabłkiem i malinami 100%/200g	54	Sok owocowy z marchwii z jabłkiem i malinami 100%/200g	54	Sok owocowy z marchwii z jabłkiem i malinami 100%/200g	54	Sok pomidorowy 300ml	41		

WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2537	Wartość energet. [kcal] 2515	Wartość energet. [kcal]2480	Wartość energet. [kcal] 2395	Wartość energet. [kcal]2030
	Białko ogółem [g]: 122,34	Białko ogółem [g]: 118,04	Białko ogółem [g]: 117,32	Białko ogółem [g]: 116,63	Białko ogółem [g] 80,45
	Tłuszcz[g]: 87,12	Tłuszcz[g]: 77,12	Tłuszcz[g]: 74,43	Tłuszcz[g]: 79,123	Tłuszcz[g] 58,54
	w tym tłuszcze nasycone[g]: 29,05	w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56	w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,84	w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,03	w tym nasycone [g] 19,23
	Węglowodany ogółem[g]: 327,07	Węglowodany ogółem[g]: 329,23	Węglowodany ogółem[g]: 327,02	Węglowodany ogółem[g]: 317,12	Węglowodany ogółem [g] 299,63
w tym cukry[g]: 50,65	w tym cukry[g]: 50,245	w tym cukry[g]: 48,213	w tym cukry[g]: 41,64	W tym cukry [g] 39,12	
Błonnik[g]: 44,09	Błonnik[g]:33,12	Błonnik[g]:32,86	Błonnik[g]:45,99	Błonnik[g] 24,54	
Sód [g]: 2,65	Sód[g]: 2,03	Sód [g]: 2,01	Sód [g]: 2,44	Sód [g] 1,78	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

11.11.2024-20.11.2024

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, 16 listopada 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 (*7) 350ml	255	Płatki jaglane na mleku (*7)350ml	255	Płatki jaglane na mleku (*7)350ml	255	Polędwica drobiowa z majerankiem (+1+9+10+11) 30g	255	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 wieprzowa (+1+6+9) 60g	65	Polędwica wieprzowa (+1+6+9) 60g	65	Paszтет zapiekany z suszonymi pomidorami (*1*3*9+6) 50g	156		
	Ser żółty(*7) 20g	70	Miód 15g	40	Miód 15g	40	Ser żółty (*7) 20g	70	Herbata 250ml	
	Ogórek kiszony 50g	6	Cukinia parzona 50g	7	Cukinia parzona 50g	7	Ogórek kiszony 50g	6		
	Sałata 1 liść /5g	1	Sałata 1 liść /5g	1	Sałata 1 liść /5g	1	Sałata 1 liść /5g	1		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g	221		
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116		
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml			
II śniadanie	Mandarynka 1szt./100g	45	Mandarynka 1szt./100g	45	Mandarynka 1szt./100g	45	Sałatka ze świeżych warzyw z olejem rzepakowym i pestakami dyni (+8) 150g	76	Mus owocowy 100%/100ml	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	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	wieprzowo-drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	50
	Jabłko 1szt./120g	75	Banan 1szt./120g	110	Banan 1szt./120g	110	Jabłko 1szt./120g	75	Kompot owocowy 250ml	
	Kalafior gotowany z olejem rzepakowym 50g	34	Kalafior gotowany z olejem rzepakowym 50g	34	Kalafior gotowany z olejem rzepakowym 50g	34	Kalafior gotowany z olejem rzepakowym 50g	34		
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml			
Podwiecznik	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	145	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	145	Serek homogenizowany owocowy (7) 150g	154	Jogurt naturalny (*7) 200g	145	Serek homogenizowany naturalny (*7) 150g	145
							Migdały (*8) 10g	62		
Kolacja	Pasta rybna z morskczuka i koperku(*4*7) 60g	78	Pasta rybna z morskczuka i koperku(*4*7) 60g	78	Pasta rybna z morskczuka i koperku(*4*7) 60g	78	Pasta rybna z morskczuka i koperku(*4*7) 60g	78	Mięso drobiowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	545
	Mozzarella plastry (*7) 20g	56	Mozzarella plastry (*7) 20g	56	Mozzarella plastry (*7) 20g	56	Mozzarella plastry (*7) 20g	56		
	Pomidor 50g	7	Cukinia parzona 50g	7	Cukinia parzona 50g	56	Pomidor 50g	7		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	7	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	263	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116		
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml	116	Herbata bez cukru 250ml			
Nocey	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, mozzarellą, polędwicą drobiową, sałatą i ogórkiem (*7*1*6+9+10) 100g	192	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, polędwicą drobiową, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	208	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą polędwicą drobiową, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	208	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, mozzarellą, polędwicą drobiową, sałatą i ogórkiem (*1*7*6+9+10) 100g	192		
	Sok wielowarzywny 200ml	41	Sok wielowarzywny 200ml	41	Sok wielowarzywny 200ml	41	Sok wielowarzywny 200ml	41		

WARTOŚCI ODZTWCZE

Wartość energet. [kcal] 2656	Wartość energet. [kcal] 2566	Wartość energet. [kcal] 2566	Wartość energet. [kcal] 2628	Wartość energet. [kcal] 2001
Białko ogółem [g]: 129,26	Białko ogółem [g]: 118,66	Białko ogółem [g]: 118,66	Białko ogółem [g]: 124,66	Białko ogółem [g] 90,45
Tłuszcz[g]: 96,04	Tłuszcz[g]: 81,12	Tłuszcz[g]: 81,12	Tłuszcz[g]: 94,12	Tłuszcz[g] 57,54
w tym tłuszcze nasycone[g]: 28,03	w tym tłuszcze nasycone[g]: 21,05	w tym tłuszcze nasycone[g]: 21,05	w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,03	w tym nasycone [g] 19,23
Węglowodany ogółem[g]: 335,27	Węglowodany ogółem[g]: 338,054	Węglowodany ogółem[g]: 338,054	Węglowodany ogółem[g]: 329,82	Węglowodany ogółem [g] 292,63
w tym cukry[g]: 57,64	w tym cukry[g]: 53,19	w tym cukry[g]: 53,19	w tym cukry[g]: 47,23	W tym cukry [g] 31,12
Błonnik[g]: 45,72	Błonnik[g]: 32,12	Błonnik[g]: 32,12	Błonnik[g]: 47,09	Błonnik[g] 24,54
Sód[g]: 2,62	Sód[g]: 2,32	Sód [g]: 2,32	Sód [g]: 2,55	Sód [g] 2,02

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

11.11.2024-20.11.2024

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, 17 listopada 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 Chleb mieszany ziarnisty (*) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Jajecznica (*) 100g Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 30g Pomidor 50g Liść sałaty 5g Herbata b/c 250ml	255 261 116 211 32 9 1	Ryż na mleku (*) 350ml Chleb pszenny (*) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Jajecznica na parze (*) 100g Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 30g Pomidor 50g Liść sałaty 5g Herbata b/c 250ml	255 263 116 202 32 9 1	Ryż na mleku (*) 350ml Chleb pszenny (*) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Jajecznica z białek jaj na parze (*) 100g Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 30g Pomidor 50g Liść sałaty 5g Herbata b/c 250ml	255 263 116 76 32 9 1	Jogurt naturalny (*) 100g Chleb razowy (*) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Jajecznica na parze (*) 100g Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 30g Pomidor 50g Liść sałaty 5g Herbata bez cukru 250ml	60 221 116 211 32 9 1	Ryż a na mleku (*), mleko w proszku (*), miód, bułka pszenna (*) 450ml Herbata 250ml	602
	II śniad	Ciasto drożdżowe(*)*3*7+6) 50g	126	Ciasto drożdżowe(*)*3*7+6) 50g	126	Ciasto drożdżowe(*)*3*7+6) 50g	126	Grejfrut 1szt./150g Pestki dyni (+8) 10g	105 58	Serek homogenizowany naturalny (*) 150g
Obiad	Rosół z zacierką na wywarze drobiowo-warzywnym (*)*3*9) 400ml Kotlet schabowy panierowany i smażony (*)*3) 100g Ziemniaki 200g Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 70g Buraczki tarte z olejem rzepakowym 50g Kompot owocowy 250ml	186 311 142 62 32 50	Rosół z zacierką na wywarze drobiowo-warzywnym (*)*3*9) 400ml Schab wieprzowy pieczony z ziołami w sosie własnym (*)*7*9) 100g/30ml Marchewka gotowana z masłem (*) 70g Buraczki tarte z olejem rzepakowym 50g Kompot owocowy 250ml	186 223 142 52 32 50	Rosół z zacierką na wywarze drobiowo-warzywnym(*)*3*9) 400ml Schab wieprzowy pieczony z ziołami w sosie własnym (*)*7*9) 100g/30ml Ziemniaki 200g Marchewka gotowana z masłem (*) 70g Buraczki tarte z olejem rzepakowym 50g Kompot owocowy 250ml	186 223 142 52 32 50	Rosół z makaronem razowym na wywarze drobiowo-warzywnym(*)*3*9) 400ml Schab wieprzowy pieczony z ziołami w sosie własnym (*)*7*9) 100g/30ml Ziemniaki 200g Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 70g Surówka z buraczków i jabłka z olejem rzepakowym 50g Woda 500ml	178 223 142 62 32	Rosół (*,*,*), ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*), śmietana (*) 450ml Kompot wieloowocowy 250m	625 50
	Podwiecz	Mus owocowy z jabłkiem, brzoskwinia i twarogiem bez cukru (*) 125g	90	Mus owocowy z jabłkiem, brzoskwinia i twarogiem bez cukru (*) 125g	90	Mus owocowy z jabłkiem, brzoskwinia i twarogiem bez cukru (*) 125g	90	Salatka ze świeżych warzyw z fetą i olejem rzepakowym (*) 150g	76	Jogurt owocowy (*) 150g
Kolacja	Ser żółty (*) 50g Dżem truskawkowy 25g Papryka 50g Chleb mieszany ziarnisty (*)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*) 20g Herbata b/c 250ml	174 40 10 261 116	Twarożek z koperkiem (*) 60g Dżem truskawkowy 25g Cukinia gotowana 50g Chleb pszenny (*)100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*) 20g Herbata b/c 250ml	86 40 7 263 116	Twarożek z koperkiem (*) 60g Dżem truskawkowy 25g Cukinia gotowana 50g Chleb pszenny (*)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*) 20g Herbata b/c 250ml	86 40 7 263 116	Twarożek z koperkiem (*) 60g Szynka drobiowa (*6+7+9) 30g Papryka 50g Chleb razowy (*)100g Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*) 20g Herbata b/c 250ml	86 29 10 221 116	Mięso wieprzowe, jajko(*), seler(*), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*) 450ml Herbata 250ml	545
	Noctny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, wędliną drobiową, mozzarellą, sałatą i ogórkiem (*)*1*6+9+10) 100g Gruszka 180g.1szt	192 85	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, wędliną drobiową,mozzarella, sałatą i pomidorem (*)*7*6+9+10) 100g Sok pomidorowy 300ml	208 36	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, wędliną drobiową, mozzarella, sałatą i pomidorem (*)*7*6+9+10) 100g Sok pomidorowy 300ml	208 36	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, wędliną drobiową, mozzarellą, sałatą i ogórkiem (*)*7*6+9+10) 100g Sok pomidorowy 300ml	192 36	

WARTOŚCI ODZTWICZE	Wartość energet. [kcal] 2732 Białko ogółem [g]: 112,26 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] 2555 Białko ogółem [g]: 106,86 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] 2429 Białko ogółem [g]:104,32 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] 2235 Białko ogółem [g]: 102,89 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

11.11.2024-20.11.2024

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, 18 listopada 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 Chleb razowy (*1) 100g	104 221	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml	602
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Mix śniadaniowe	116		
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Polędwica sopocka (*6+1+9+10) 60g	62		
	Polędwica sopocka (*6+1+9+10) 60g	62	Polędwica sopocka (*6+1+9+10) 60g	62	Polędwica 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	Pomidor 50g	9		
	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Salata 1 liść/5g	1		
	Salata 1 liść/5g	1	Salata 1 liść/5g	1	Salata 1 liść/5g	1	Herbata bez cukru 250ml			
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml						
II śniadani	Galaretką z owocami bez cukru 123g	100	Galaretką z owocami bez cukru 123g	100	Galaretką z owocami bez cukru 123g	100	Jabłko 1szt./150g Migdały (*8) 10g	75 62	Sok wielowarzywny 200ml	41
Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym(*7,*9)400ml	255	Zupa marchwianka z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym(*7,*9)400ml	178	Zupa marchwianka z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7,*9)400ml	178	Zupa ogórkowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7,*9)400ml	255	Zupa marchwianka (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe parowane, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml	625
	Fasolka po bretońsku z mięsem wieprzowym duszonym bez obsmażania (*1*3*7*9) 150g	321	Sos drobiowy gotowany z warzywami (*1*7) 150g	201	Sos drobiowy gotowany z warzywami (*1*7) 150g	201	Fasolka po bretońsku z miesem wieprzowym duszonym bez obsmażania (*1*3*7*9) 150g	321		
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142		
	Jabłko 1szt./150g	75	Szpinak gotowany z masłem (*7) 70g	51	Szpinak gotowany z masłem (*7) 70g	51	Jabłko 1szt./150g	75		
	Kalafior gotowany z olejem rzepakowym 50g	34	Kalafior gotowany z olejem rzepakowym 50g	34	Kalafior gotowany z olejem rzepakowym 50g	34	Kalafior gotowany z olejem rzepakowym 50g	34		
	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Woda 500ml			
Podwiecz	Jogurt owocowy (*7) 150g	125	Jogurt owocowy (*7) 150g	125	Jogurt owocowy (*7) 150g	125	Jogurt naturalny (*7) 150g Pestki dyni (+8) 10g	90 58	Jogurt owocowy (*7) 150g	125
Kolacja	Makaron na ciepło z warzywami i mięsem wieprzowym (*1*3+9) 200g	223	Makaron na ciepło z warzywami i mięsem wieprzowym (*1*3+9) 200g	223	Makaron na ciepło z warzywami i mięsem wieprzowym (*1*3+9) 200g	223	Makaron razowy na ciepło z warzywami i mięsem wieprzowym (*1*3+9) 200g	215	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	545
	Ogórek 50g	6	Cukinia gotowana 50g	7	Cukinia gotowana 50g	7	Ogórek 50g	6		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	221		
	Masło śniadaniowe 82% (*7) 20g	116	Masło śniadaniowe 82% (*7) 20g	116	Masło śniadaniowe 82% (*7) 20g	116	Masło śniadaniowe 82% (*7) 20g	116		
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml			
Noctny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, poledwicą wieprzową, serem żółtym, sałatą i pomidorem (*1*6*7+9+10) 100g	213	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwicą drobiową,twarozkiem, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	175	Bułka pszenna z mix roślinnym, poledwicą drobiową, twarozkiem,sałatą i pomidorem (*1*6*7+9+10) 100g	175	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, poledwicą wieprzową, serem żółtym, sałatą i pomidorem (*1*6*7+9+10) 100g	213		
	jabłko 150g	75	mus owocowy 120g	111	mus owocowy 120g	111	Marchew tartą z jabłkiem 150g	41		

WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2748 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] 2536 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]2536 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] 2406 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

11.11.2024-20.11.2024

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, 20 listopada 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 owsiane na mleku (*7+1) 350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1) 350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1) 350ml	247	Jogurt naturalny (*7) 100g	60	Płatki owsiane na mleku (*7),	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	116	Mix śniadaniowe	116	Mix śniadaniowe	116	Mix śniadaniowe	116	proszku (*7),	
	kanapkowe(*7) 20g	116	kanapkowe(*7) 20g	116	kanapkowe(*7) 20g	116	kanapkowe(*7) 20g	95	miód, bułka	
	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	Jajko w sosie koperkowym (*7*3) 50g/30ml	62	pszenna (*1)	
	Szynka kielbasa szynkowa (+6+1+10) 30g	35	Szynka kielbasa szynkowa (+6+1+10) 30g	35	Miód 15g	40	Szynka kielbasa szynkowa (+6+1+10) 30g	35	450ml	
	rzodkiew 50g	7	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	rzodkiew 50g	7	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		Herbatab/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata bez cukru 250ml		Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g	154	
II śniad	Banan 1 szt/120g	110	Banan 1 szt/120g	110	Banan 1 szt/120g	110	Jabłko 150g	75		
							Pestki dyni (+8) 10g	54		
Obiad	Zupa pieczarkowa z makaronem na wywarze mięsno-warzywnym (*1*3*7*9) 400ml	276	Zupa wiejska z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*1*3*7*9) 400ml	223	Zupa wiejska z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*1*3*7*9) 400ml	223	Zupa pieczarkowa z makaronem na wywarze mięsno-warzywnym (*1*3*7*9) 400ml	256	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,	
	Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem (*7) 70g	52	Marchewka gotowana z masłem (*7) 70g	42	Marchewka gotowana z masłem (*7) 70g	42	Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem (*7) 70g	52	szpinak, mleko	
	Salata z oliwą z oliwek 50g	36	Salata z oliwą z oliwek 50g	36	Salata z oliwą z oliwek 50g	36	Salata z oliwą z oliwek 50g	36	w proszku (*7),	
Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml		śmietana (*7)	50	
									Kompot owocowy 250ml	
Podwiecz	Przecier owocowy z jabłka i truskawk z twarogiem i bez cukru 123g	72	Przecier owocowy z jabłka i truskawki bez cukru z twarogiem 123g	72	Przecier owocowy z jabłka i truskawki bez cukru z twarogiem 123g	72	Jogurt naturalny (*7) 100g	154	Przecier owocowy z jabłka i truskawki bez cukru 123g	72
							Migdały (*8) 10g	62		
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)30g	76	Mozzarella plaster (*7)30g	76	Mozzarella plaster (*7)30g	76	Mozzarella plaster (*7)30g	76	jajko(*3),	
	Ogórek 50g	6	Cukinia parzona 50g	7	Cukinia parzona 50g	7	Ogórek 50g	6	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,	
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		masło (*7), kasza manna (*1)	450ml	
									Herbata 250ml	
Nocny	Kanapka tostowa razowa z szynką, jajkiem, sałatą, ogórkami i masłem (*1*3*7+6+9+10) 1szt.	195	Kanapka tostowa pszenna z szynką,jajkiem, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7*3+6+9+10) 1szt.	201	Kanapka tostowa pszenna z szynką, jajkiem, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7*3+6+9+10) 1szt.	201	Kanapka tostowa razowa z szynką, jajkiem, sałatą, ogórkami i masłem (*1*7*3+6+9+10) 1szt.	196		
	Sok pomidorowy 300ml	36	Sok pomidorowy 300ml	36	Sok pomidorowy 300ml	36	Sok warzywny 200ml	36		

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