

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

2.04.2025-11.04.2025

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

| Środa, 2 kwietnia 2025 | | | | | | | | | | |
|------------------------|---|---|---|---|---|---|---|--|--|-----------|
| | Dieta podstawowa(1) (C1) | Kcal | Dieta łatwostrawna (2)(C2) | Kcal | Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) | Kcal | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3) | Kcal | Dieta papkowata(12) | Kcal |
| Śniadanie | Płatki jęczmienne na mleku (*7*1) 350ml Chleb mieszany, ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe 62% kanapkowe(*7) 20g Jajko w sosie koperkowym (*7*3) 50g/30ml Szynkowa drobiowa(*9*10+1) 40g Pomidor 50g Kiełki rzodkiewki 5g Herbata b/c 250ml | 256 261 116 95 35 9 1 | Płatki jęczmienne na mleku (*7*1) 350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe 62% kanapkowe(*7) 20g Jajko w sosie koperkowym (*7*3) 50g/30ml Szynkowa drobiowa(*9*10+1) 40g Pomidor 50g Sałata 1 liść/ 5g Herbatab/c 250ml | 256 263 116 95 35 9 1 | Płatki jęczmienne na mleku (*7*1) 350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe 62% kanapkowe(*7) 20g Szynkowa drobiowa(*9*10+1) 60g Serek śmietankowy 1szt./17g (*7) Pomidor 50g Sałata 1 liść/ 5g Herbata b/c 250ml | 256 263 116 62 47 9 1 | Ser śmietankowy (*7) 17g Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe 62% kanapkowe(*7) 20g Jajko w sosie koperkowym (*7*3) 50g/30ml Szynkowa drobiowa(*9*10+1) 40g Pomidor 50g Kiełki rzodkiewki 5g Herbata bez cukru 250ml | 47 251 116 95 35 9 1 | Płatki jęczmienne na mleku (*7*1), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml | 602 |
| II śniadanie | Mandarynka 120g | 45 | Mus owocowy 100%/100g | 54 | Mus owocowy 100%/100g | 54 | Mandarynka 120g Pestki słonecznika (+8) 10g | 45 54 | Mus owocowy 100%/100g | 54 |
| Obiad | Zupa pomidorowa na wtywarze mięsno-warzywnym z makaronem (*1*7*9) 400ml Udko drobiowe pieczone 150g Ziemniaki 200g Sałatka szwedzka z olejem rzepakowym 70g Cukinia gotowana 50g Kompot wieloowocowy 250ml | 256 255 142 25 14 50 | Zupa pomidorowa na wtywarze mięsno-warzywnym z makaronem (*1*7*9) 400ml Udko pieczone w sosie koperkowym (*1*7*9) 100g/50ml Ziemniaki 200g Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 70g Cukinia gotowana 50g Kompot wieloowocowy 250ml | 256 225 142 42 14 50 | Zupa pomidorowa na wtywarze mięsno-warzywnym z makaronem (*1*7*9) 400ml Udko pieczone w sosie koperkowym (*1*7*9) 100g/50ml Ziemniaki 200g Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 70g Cukinia gotowana 50g Kompot wieloowocowy 250ml | 256 225 142 42 14 50 | Zupa pomidorowa na wtywarze mięsno-warzywnym z makaronem pełnoziarnistym (*1*7*9) 400ml Udko drobiowe pieczone 150g Ziemniaki 200g Sałatka szwedzka z olejem rzepakowym 70g Cukinia gotowana 50g Woda 500ml | 247 255 142 25 14 | Zupa pomidorowa (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml | 625 50 |
| Podwieczorek | Galaretką z owocami bez cukru 123g | 100 | Galaretką z owocami bez cukru 123g | 100 | Galaretką z owocami bez cukru 123g | 100 | Jogurt naturalny (*7) 150g | 90 | Jogurt naturalny (*7) 150g | 90 |
| Kolacja | Twarożek z koperkiem (*7) 70g Dżem truskawkowy 25g Papryka 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83% (*7) 20g Herbata b/c 250ml | 92 40 10 261 116 | Twarożek z koperkiem (*7) 70g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83% (*7) 20g Herbata b/c 250ml | 92 40 9 263 116 | Twarożek z koperkiem (*7) 70g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 92 40 9 263 116 | Twarożek z koperkiem (*7) 70g Szynka drobiowa (*6+7+9) 30g Papryka 50g Chleb razowy (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 92 29 10 251 116 | Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml | 545 |
| Nocny | Kanapka tostowa razowa z szynką drobiową, mozzarellą, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Banan 120g | 203 110 | Kanapka tostowa pszenna z szynką drobiową ,mozzarellą, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Mandarynka 120g | 213 45 | Kanapka tostowa pszenna z szynką, mozzarella, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Mandarynka 120g | 213 45 | Kanapka tostowa razowa z szynką drobiową , mozzarellą, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Pomidor 1 szt | 203 22 | | |
| WARTOŚCI ODŻYWCZE | Wartość energet. [kcal] 2492 Białko ogółem [g]: 101,76 Tłuszcz[g]: 84,34 w tym tłuszcze nasycone[g]: 30,23 Węglowodany ogółem[g]: 333,56 w tym cukry[g]: 58,23 Błonnik[g]: 36,03 Sód [g]: 2,42 | | Wartość energet. [kcal] 2434 Białko ogółem [g]: 98,12 Tłuszcz[g]: 71,97 w tym tłuszcze nasycone[g]: 25,11 Węglowodany ogółem[g]: 342,12 w tym cukry[g]: 58,45 Błonnik[g]: 25,03 Sód [g]: 2,31 | | Wartość energet. [kcal] 2434 Białko ogółem [g]: 98,12 Tłuszcz[g]: 62,11 w tym tłuszcze nasycone[g]: 25,11 Węglowodany ogółem[g]: 344,12 w tym cukry[g]: 58,45 Błonnik[g]: 25,03 Sód[g]: 2,27 | | Wartość energet. [kcal] 2149 Białko ogółem [g]: 99,23 Tłuszcz[g]: 67,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,03 Węglowodany ogółem[g]: 310,82 w tym cukry[g]:41,23 Błonnik[g]: 36,09 Sód [g]:2,12 | | Wartość energet. [kcal]1966 Białko ogółem [g] 69,45 Tłuszcz[g] 64,12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 291,34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 2,02 | |

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

2.04.2025-11.04.2025

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

| Czwartek, 3 kwietnia 2025 | | | | | | | | | |
|----------------------------------|--|--|---|---|---|---|--|---|--|
| | 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) |
| Śniadanie | Ryż biały na mleku (*7)350ml Paszтет zapiekany drobiowy (*1*3*9+7+6) 60g Ser żółty(*7) 20g Ogórek kiszony 50g Rozszponka 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Mix śniadaniowe 62% kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 255 156 70 6 1 261 116 | Ryż biały na mleku (*7)350ml Połędwica wieprzowa (+1+9+10+11) 60g Mozzarella plastry *7/20g Pomidor 50g Rozszponka 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe 62% kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 255 65 56 9 1 263 116 | Ryż biały na mleku (*7)350ml Połędwica wieprzowa (+1+9+10+11) 60g Mozzarella plastry *7/20g Pomidor 50g Rozszponka 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe 62% kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 255 65 56 9 1 263 116 | Połędwica drobiowa (+1+9+10+11) 30g Paszтет zapiekany drobiowy (*1*3*9+7+6) 60g Ser żółty (*7) 20g Ogórek kiszony 50g Rozszponka 5g Chleb razowy (*1)100g Mix śniadaniowe 62% kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 28 156 70 6 1 251 116 | Ryż na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml |
| II śniadanie | Gruszka 160g/1szt | 85 | Mandarynka 120g | 45 | Mandarynka 120g | 45 | Gruszka 160g/1szt Pestki dyni (+8) 10g | 85 58 | Jogurt owocowy (*7) 150g |
| Obiad | Zupa fasolowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml Spaghetti po bolońsku z sosem drobiowo-wieprzowym z pomidorami i ziołami prowansalskimi (*1*9) 300g Jabłko 150g Kompot owocowy 250ml | 285 431 75 50 | Zupa jarzynowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml Spaghetti po bolońsku z sosem drobiowo-wieprzowym z pomidorami i ziołami prowansalskimi (*1*9) 300g Banan 150g Kompot owocowy 250ml | 242 431 110 50 | Zupa jarzynowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml Spaghetti po bolońsku z sosem drobiowo-wieprzowym z pomidorami i ziołami prowansalskimi (*1*9) 300g Banan 150g Kompot owocowy 250ml | 242 431 110 50 | Zupa fasolowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml Spaghetti z makaronem razowym po bolońsku z sosem drobiowo-wieprzowym z pomidorami i ziołami prowansalskimi (*1*9) 300g Jabłko 150g Woda 500ml | 285 490 75 | Zupa jarzynowa (*7,*9), ziemniaki, mięso wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml |
| Podwie | Jogurt owocowy (*7) 150g | 125 | Jogurt owocowy (*7) 150g | 125 | Jogurt owocowy (*7) 150g | 125 | Jogurt naturalny (*7) 150g | 90 | Mus owocowy 100%/100g |
| Kolacja | Szynkowa drobiowa(*9*10+1)50g Serek śmietankowy (*7) 17g/1szt. Pomidor 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 62 47 9 261 116 | Szynkowa drobiowa(*9*10+1) 50g Serek śmietankowy (*7) 17g/1szt. Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 62 47 9 263 116 | Szynkowa drobiowa(*9*10+1) 50g Serek śmietankowy (*7) 17g/1szt. Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 62 47 9 263 116 | Szynkowa drobiowa(*9*10+1) 50g Serek śmietankowy (*7) 17g/1szt. Pomidor 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 62 47 9 251 116 | Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml |
| Nocny | Kanapka tostowa razowa z szynką, twarogiem, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Mandarynka 120g | 184 45 | Kanapka tostowa pszenna z szynką, twarogiem, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Galaretki owocowa b/c 123g | 194 100 | Kanapka tostowa pszenna z szynką, twarogiem, sałatą, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Galaretki owocowa b/c 123g | 194 100 | Kanapka tostowa razowa z szynką, twarogiem, sałatą, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Rzodkiew biała talarki 100g | 143 22 | |
| WARTOŚCI | Wartość energet. [kcal] 2640 Białko ogółem [g]: 127,34 Tłuszcz[g]: 90,87 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 335,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 45,09 Sód[g]: 2,65 | | Wartość energet. [kcal] 2562 Białko ogółem [g]: 108,98 Tłuszcz[g]: 75,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 332,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:32,12 Sód[g]: 2,12 | | Wartość energet. [kcal] 2562 Białko ogółem [g]: 108,98 Tłuszcz[g]: 75,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 332,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:32,12 Sód[g]: 2.12 | | Wartość energet. [kcal] 2361 Białko ogółem [g]:109,63 Tłuszcz[g]: 78,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 316,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:40,99 Sód[g]: 2.32 | | Wartość energet. [kcal]2089 Białko ogółem [g] 77,45 Tłuszcz[g] 65,34 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 302.34 W tym cukry [g] 31,22 Błonnik[g] 24,45 Sód [g] 3,11 |

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

2.04.2025-11.04.2025

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

| Piątek, 4 kwietnia 2025 | | | | | | | | | | |
|-------------------------|--|--|---|---|---|----------------------|--|------|--|------|
| | Dieta podstawowa(1) (C1) | Kcal | Dieta łatwostrawna (2)(C2) | Kcal | Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) | Kcal | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3) | Kcal | Dieta papkowata(12) | Kcal |
| Śniadanie | Płatki jaglane na mleku (*7)350ml | 255 | Płatki jaglane na mleku (*7)350ml | 255 | Płatki jaglane na mleku (*7)350ml | 255 | Ser żółty (*7) 20g | 70 | Płatki jaglane na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml | 602 |
| | Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 70g | 112 | Pasta jajeczna z koperkiem(*3) 70g | 102 | Pasta z białek jaj z koperkiem (*3) 70g | 82 | Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 70g | 112 | | |
| | Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g | 40 | Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g | 40 | Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g | 40 | Szynka z indyka 75%(*9*10) 20g | 19 | | |
| | Papryka 50g | 10 | Pomidor 50g | 9 | Pomidor 50g | 9 | Papryka 50g | 10 | | |
| | Rukola 5g | 1 | Rukola 5g | 1 | Rukola 5g | 1 | Rukola 5g | 1 | | |
| | Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g | 261 | Chleb pszenny (*1) 100g | 263 | Chleb pszenny (*1) 100g | 263 | Chleb razowy (*1) 100g | 251 | | |
| | Mix śniadaniowe 62% kanapkowe(*7) 20g | 116 | Mix śniadaniowe 62% kanapkowe(*7) 20g | 116 | Mix śniadaniowe 62% kanapkowe(*7) 20g | 116 | Mix śniadaniowe 62% kanapkowe(*7) 20g | 116 | Herbata z cukrem 250ml | |
| | Herbata b/c 250ml | | Herbata b/c 250ml | | Herbata b/c 250ml | | Herbata b/c 250ml | | Jogurt owocowy 150g | 111 |
| II śniadanie | Banan 1szt./150g | 110 | Banan 1szt./150g | 110 | Banan 1szt./150g | 110 | Pomarańcza 1szt./200g | 112 | | |
| | | | | | | | Migdały (*8) 10g | 65 | | |
| Obiad | Zupa ogórkowa na wywarze mięsno-warzywnym z ryżem (*7*9) 400ml | 265 | Zupa marchwianka wywarze mięsno-warzywnym z ryżem (*7*9) 400ml | 221 | Zupa marchwianka wywarze mięsno-warzywnym z ryżem (*7*9) 400ml | 221 | Zupa ogórkowa na wywarze mięsno-warzywnym z ryżem brązowym (*7*9) 400ml | 254 | Zupa marchwianka (*7,*9), ziemniaki, mięso | 625 |
| | Filet z dorsza panierowany i smażony z sosem po grecku (*1*3*4*9) 100g/50ml | 285 | Filet rybny z dorsza parowany z masłem i koperkiem w sosie po grecku (*4*7*9) 100g/50ml | 235 | Filet rybny z dorsza parowany z masłem i koperkiem w sosie po grecku (*4*7*9) 100g/50ml | 235 | Filet rybny z dorsza parowany z masłem i koperkiem w sosie po grecku (*4*7*9) 100g/50ml | 235 | drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml | |
| | Ziemniaki 200g | 142 | Ziemniaki 200g | 142 | Ziemniaki 200g | 142 | Ziemniaki 200g | 142 | | |
| | Surówka z kiszzonej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 70g | 56 | Cukinia gotowana z masłem (*7) 70g | 35 | 100g/50ml | 35 | Surówka z kiszzonej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 70g | 56 | Kompot wieloowocowy 250ml | 50 |
| | 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 | Kompot owocowy 250ml | 50 | | | |
| Podwiecz | Kefir naturalny (*7) 200ml | 102 | Kefir naturalny (*7) 200ml | 102 | Kefir naturalny (*7) 200ml | 102 | Kefir naturalny (*7) 200ml | 102 | Kefir naturalny (*7) 200ml | 102 |
| Kolacja | Sałátka jarzynowa z jajkiem i jogurtem (*3*7*9) 100g | 123 | Sałátka jarzynowa z jajkiem i jogurtem (*3*7*9) 100g | 123 | Sałátka jarzynowa z jajkiem i jogurtem (*3*7*9) 100g | 123 | Sałátka jarzynowa z jajkiem i jogurtem (*3*7*9) 100g | 123 | Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, | 545 |
| | Półdewica wiśniowa wieprzowa (*1+6+9+10) 40g | 42 | Półdewica wiśniowa wieprzowa (*1+6+9+10) 40g | 42 | Półdewica wiśniowa wieprzowa (*1+6+9+10) 40g | 42 | Półdewica wiśniowa wieprzowa (*1+6+9+10) 40g | 42 | pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml | |
| | Ogórek kiszony 50g | 6 | Ogórek kiszony 50g | 9 | Ogórek kiszony 50g | 9 | Ogórek kiszony 50g | 6 | Herbata 250ml | |
| | Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g | 261 | Pomidor 50g | 263 | Pomidor 50g | 263 | Chleb razowy (*1)100g | 251 | | |
| | Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g | 116 | Chleb pszenny (*1)100g | 116 | Chleb pszenny (*1)100g | 116 | Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g | 116 | | |
| Herbata b/c 250ml | | Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g | | Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g | | Herbata b/c 250ml | | | | |
| Nocty | Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, mozzarellą , szynką wieprz., sałatą i papryką (*7*1*6+9+10) 100g | 203 | Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, szynką wieprz.,sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g | 213 | Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, szynką wieprz.,sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g | 213 | Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, mozzarellą, szynką wieprz , sałatą i papryką (*1*7*6+9+10) 100g | 203 | | |
| | Jabłko 150g | 75 | Galaretki owocowa 123g | 100 | Galaretki owocowa 123g | 100 | Pomidor 1szt./100g | 18 | | |
| WARTOŚCI ODŻYWCZE | Wartość energet. [kcal] 2647 Białko ogółem [g]: 117,04 Tłuszcz[g]: 82,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 332,23 w tym cukry[g]: 46,245 Błonnik[g]:42,55 Sód[g]: 2,55 | | Wartość energet. [kcal] 2563 Białko ogółem [g]: 108,34 Tłuszcz[g]: 74,45 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,56 Węglowodany ogółem[g]: 337,34 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:32,35 Sód [g]: 2,42 | | Wartość energet. [kcal]2543 Białko ogółem [g]: 109,22 Tłuszcz[g]: 68,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 15,56 Węglowodany ogółem[g]: 332,98 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:30,12 Sód[g]: 2,39 | | Wartość energet. [kcal] 2320 Białko ogółem [g]:100,99 Tłuszcz[g]: 63,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 292,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:40,11 Sód [g]: 2,22 | | Wartość energet. [kcal]2004 Białko ogółem [g] 65,45 Tłuszcz[g] 45,12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 280,34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 2,02 | |

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

2.04.2025-11.04.2025

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

| Sobota, 5 kwietnia 2025 | | | | | | | | | | |
|-------------------------|--|---|--|---|--|---|--|--|--|-----------|
| | 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 Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe 62% kanapkowe(*7) 20g Szynka wieprzowa (+1+9+10) 60g Mozzarella (*7) 20g Pomidor 50g Roszponka 5g Herbata b/c 250ml | 247 261 116 62 56 9 1 | Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe 62% kanapkowe(*7) 20g Szynka drobiowa (+9+10+11) 60g Mozzarella (*7) 20g Pomidor 50g Roszponka 5g Herbata b/c 250ml | 247 263 116 62 56 9 1 | Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe 62% kanapkowe(*7) 20g Szynka drobiowa (+9+10+11) 60g Mozzarella (*7) 20g Pomidor 50g Roszponka 5g Herbata b/c 250ml | 247 263 116 62 56 9 1 | Jogurt naturalny (*7) 100ml Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe 62% kanapkowe(*7) 20g Szynka wieprzowa (+1+9+10) 60g Mozzarella (*7) 20g Pomidor 50g Roszponka 5g Herbata bez cukru 250ml | 60 251 116 62 56 9 1 | Płatki owsiane na mleku (*7+1) , mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml | 602 |
| II śniadanie | Mandarynka 120g | 45 | Mandarynka 120g | 45 | Mandarynka 120g | 45 | Mandarynka 120g Pestki słonecznika (+8) 10g | 45 54 | Mus owocowy bez cukru 100%/100ml | 54 |
| Obiad | Zupa grochowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml Sos szpinakowy z duszoną piersią kurczaka (*1*7*9) 150g Kasza jęczmienna (*1) 200g Surówka z czerwonej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 70g Sałata z oliwą 50g Kompot owocowy 250ml | 289 234 218 62 32 50 | Zupa koperkowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml Sos szpinakowy z duszoną piersią kurczaka (*1*7*9) 150g Kasza jęczmienna (*1) 200g Marchewka gotowana z masłem (*7) 70g Sałata z oliwą 50g Kompot owocowy 250ml | 212 234 218 35 32 50 | Zupa koperkowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml Sos szpinakowy z duszoną piersią kurczaka (*1*7*9) 150g Kasza jęczmienna (*1) 200g Marchewka gotowana z masłem (*7) 70g Sałata z oliwą 50g Kompot owocowy 250ml | 212 234 218 35 32 50 | Zupa grochowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml Sos szpinakowy z duszoną piersią kurczaka (*1*7*9) 150g Kasza jęczmienna (*1) 200g Surówka z czerwonej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 70g Sałata z oliwą 50g Woda 500ml | 289 234 218 62 32 | Zupa koperkowa(*7,*9) , ziemniaki, Mięso drobiowe parowane, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml | 625 50 |
| Podw | Sałatka warzywna z fetą z olejem rzepakowym (*7) 120g | 67 | Mus owocowy 100% owoców bez cukru 100g | 54 | Mus owocowy 100% owoców bez cukru 100g | 54 | Sałatka warzywna z fetą z olejem rzepakowym (*7) 120g | 67 | Jogurt owocowy (*7) 100g | 102 |
| Kolacja | Sałatka śledziowa z cebulką i ogórkiem kiszonym (*4) 130g Papryka 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 136 10 261 116 | Pasta rybna z makreli i koperku(*4*7) 70g Miód 25g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 82 40 7 263 116 | Pasta rybna z morskiczka i koperku (*4*7) 70g Miód 25g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 82 40 7 263 116 | Pasta rybna z morskiczka i koperku(*4*7) 80g Papryka 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata bez cukru 250ml | 92 10 251 116 | Mięso drobiowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml | 545 |
| Nocny | Kanapka tostowa razowa z szynką drobiową, twarogiem, sałata, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+1) 1szt. Pomidor 100g | 184 22 | Kanapka tostowa pszenna z szynką drobiową, twarogiem, sałata, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Sok owocowy 200ml | 194 99 | Kanapka tostowa pszenna z szynką, twarogiem, sałata, pomidorem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Sok owocowy 200ml | 194 99 | Kanapka tostowa razowa z szynką drobiową, twarogiem, sałata, ogórkiem i masłem (*1*7+6+9+10) 1szt. Pomidor 100g | 184 22 | | |
| WARTOŚCI ODŻYWCZE | Wartość energet. [kcal] 2478 Białko ogółem [g]112,54 Tłuszcz[g] 87,123 w tym nasycone [g] 31,12 Węglowodany ogółem [g] 321,99 W tym cukry [g] 59,23 Błonnik[g] 42,25 Sód[g] 2,54 | | Wartość energet. [kcal] 2435 Białko ogółem [g]: 107,66 Tłuszcz[g]: 78,12 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]2435 Białko ogółem [g]: 102,66 Tłuszcz[g]: 78,12 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] 2231 Białko ogółem [g]: 108,63 Tłuszcz[g]: 80,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,03 Węglowodany ogółem[g]: 310,12 W tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:42,29 Sód [g]: 2,44 | | Wartość energet. [kcal]2021 Białko ogółem [g] 80,45 Tłuszcz[g] 58,54 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 299,63 W tym cukry [g] 39,12 Błonnik[g] 24,54 Sód [g] 1,78 | |

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

2.04.2025-11.04.2025

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

| Niedziela, 6 kwietnia 2025 | | | | | | | | | | |
|----------------------------|--|------|---|------|--|------|---|------|--|------|
| | 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 | Kefir (*7) 200ml | 102 | 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 | 251 | | |
| | Mix śniadaniowe 62% kanapkowe(*7) 20g | 116 | Mix śniadaniowe 62% kanapkowe(*7) 20g | 116 | Mix śniadaniowe 62% kanapkowe(*7) 20g | 116 | Mix śniadaniowe 62% kanapkowe(*7) 20g | 116 | | |
| | Poledwica Jana wieprzowa (+6+9+10) 60g | 65 | Poledwica Jana wieprzowa (+6+9+10) 60g | 65 | Poledwica Jana wieprzowa (+6+9+10) 60g | 65 | Poledwica Jana wieprzowa (+6+9+10) 60g | 65 | | |
| | 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 50g | 6 | Liść sałaty 5g | 1 | Pomidor 50g | 9 | Ogórek 50g | 6 | Herbata 250ml | |
| | Kiełki rzodkiewki 5g | 1 | Herbata b/c 250ml | | Liść sałaty 5g | 1 | Kiełki rzodkiewki 5g | 1 | | |
| | Herbata b/c 250ml | | | | Herbata b/c 250ml | | Herbata bez cukru 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 | Gruszka 160g | 85 | Mus owocowy 100% 100g | 54 |
| | | | | | | | Pestki dyni (+8) 10g | 56 | | |
| Obiad | Rosół na wywarze mięsno - warzywnym z makaronem (*1*3*9) 400ml | 186 | Rosół na wywarze mięsno - warzywnym z makaronem (*1*3*9) 400ml | 186 | Rosół na wywarze mięsno - warzywnym z makaronem (*1*3*9) 400ml | 186 | Rosół na wywarze mięsno - warzywnym z makaronem brązowym (*1*3*9) 400ml | 184 | Rosół (*9) ziemniaki, mięso wieprzowe , mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml | 625 |
| | Kotlet schabowy panierowany i smażony (*1*3) 100g | 302 | Schab duszony w delikatnym sosie własnym 100g/50ml(*1*7) | 256 | Schab duszony w delikatnym sosie własnym 100g/50ml(*1*7) | 256 | Schab duszony w delikatnym sosie własnym 100g/50ml(*1*7) | 256 | | |
| | Ziemniaki 200g | 142 | Ziemniaki 200g | 142 | Ziemniaki 200g | 142 | Ziemniaki 200g | 142 | | |
| | Surówka z białej kapusty i marchewki z koperkiem i olejem rzepakowym 70g | 56 | Kalafior gotowany z masłem (*7)70g | 32 | Kalafior gotowany z masłem (*7)70g | 32 | Surówka z białej kapusty i marchewki z koperkiem i olejem rzepakowym 70g | 56 | 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 | | | |
| Podwie | Jogurt naturalny (*7) 150g | 90 | Jogurt naturalny (*7) 150g | 90 | Jogurt naturalny (*7) 150g | 90 | Jogurt naturalny (*7) 150g | 90 | Jogurt naturalny (*7) 150g | 90 |
| Kolacja | Risotto z kurczakiem i warzywami na ciepło (*9) 200g | 243 | Risotto z kurczakiem i warzywami na ciepło (*9) 200g | 243 | Risotto z kurczakiem i warzywami na ciepło (*9) 200g | 243 | Risotto z ryżu brązowego z kurczakiem i warzywami na ciepło (*9) 200g | 221 | Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml | 545 |
| | Papryka 50g | 6 | Cukinia parzona 50g | 7 | Cukinia parzona 50g | 7 | Papryka 50g | 6 | | |
| | Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g | 261 | Chleb pszenny (*1) 100g | 263 | Chleb pszenny (*1) 100g | 263 | Chleb razowy (*1) 100g | 251 | | |
| | 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 mix roślinnym, poledwicą sopoćką, jajkiem, sałatą i papryką (*7*1*6+9+10) 100g | 188 | Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwicą sopoćką, jajkiem, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g | 198 | Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwicą sopoćką, jajkiem, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g | 198 | Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, poledwicą sopoćką, jajkiem, sałatą i papryką (*1*7*6+9+10) 100g | 188 | | |
| | Gruszka 150g | 85 | Mus owocowy 100%/100g | 54 | Mus owocowy 100%/100g | 54 | Rzodkiew biała talarki 100g | 23 | | |
| WARTOŚCI ODŻYWCZE | Wartość energet. [kcal] 2632 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] 2546 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]2546 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] 2275 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] 43,30 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 POSIŁEK Poliklinika MSWiA

2.04.2025-11.04.2025

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

| Poniedziałek, 7 kwietnia 2025 | | | | | | | | | | |
|-------------------------------|---|-------------------------------------|---|---|---|---|---|------------------------------------|---|---------------|
| | Dieta podstawowa(1) (C1) | Kcal | Dieta łatwostrawna (2)(C2) | Kcal | Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) | Kcal | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3) | Kcal | Dieta papkowata(12) | Kcal |
| Śniadanie | Płatki jaglane na mleku (*7)350ml Paszтет zapiekany drobiowy (*1*3*9+7+6) 50g Ser żółty(*7) 20g Ogórek kiszony 50g Roszponka 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Mix śniadaniowe 62% kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 255 156 70 6 261 116 | Płatki jaglane na mleku (*7)350ml Połędwica drobiowa (+1+9+10+11) 60g Mozzarella plastry *7/20g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe 62% kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 255 52 56 9 1 263 116 | Płatki jaglane na mleku (*7)350ml Połędwica drobiowa (+1+9+10+11) 60g Mozzarella plastry *7/20g Pomidor 50g Roszponka 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe 62% kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 255 52 56 9 1 263 116 | Połędwica drobiowa (+1+9+10+11) 30g Paszтет zapiekany drobiowy (*1*3*9+6) 50g Ser żółty (*7) 20g Ogórek kiszony 50g Roszponka 5g Chleb razowy (*1)100g Mix śniadaniowe 62% kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 45 156 70 6 251 116 | Płatki jaglane na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, suchary (*1) 450ml Herbata 250ml | 602 |
| II śniadanie | Banan 1szt./150g | 110 | Banan 1szt./150g | 110 | Banan 1szt./150g | 110 | Pomarańcza 200g Orzechy włoskie (*8)10g | 112 68 | Jogurt naturalny (*) 150g | 90 |
| Obiad | Kapuśniak na wywarze mięsno -warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Pierś z kurczaka gotowana w sosie jarzynowym (*9) 100g/50ml Ryż biały 200g Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g Cukinia parowana 50g Kompot wieloowocowy 250ml | 245 235 260 45 14 50 | Zupa brokułowa na wywarze mięsno - warzywnym z ziemniakami (*7*9) 500ml Pierś z kurczaka gotowana w sosie jarzynowym (*9) 100g/50ml Ryż biały 200g Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g Cukinia parowana 50g Kompot wieloowocowy 250ml | 232 235 260 45 14 50 | Zupa brokułowa na wywarze mięsno - warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Pierś z kurczaka gotowana w sosie jarzynowym (*9) 100g/50ml Ryż biały 200g Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g Cukinia parowana 50g Kompot wieloowocowy 250ml | 232 235 260 45 14 50 | Kapuśniak na wywarze mięsno -warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Pierś z kurczaka gotowana w sosie jarzynowym (*9) 100g/50ml Ryż brązowy 200g Surówka z buraka i jabłka z olejem rzepakowym 70g Cukinia parowana 50g Woda 500ml | 245 235 247 44 14 | Zupa brokułowa (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml | 625 50 |
| Podwie | Ciastka zbożowe z owocami leśnymi (*1) 25g | 116 | Deser z przetartych owoców bez cukru 100%/100g | 54 | Deser z przetartych owoców bez cukru 100%/100g | 54 | Salatka ze świeżych warzyw z fetą i olejem rzepakowym (*7) 150g | 76 | Mus owocowy bez cukru (*7) 100g | 90 |
| Kolacja | Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 50g Mozzarella plaster(*7)20g Pomidor 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 65 52 9 261 116 | Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 50g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 65 40 9 263 116 | Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 50g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 65 40 9 263 116 | Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 50g Mozzarella plaster(*7)20g Pomidor 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 65 56 9 251 116 | Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml | 545 |
| Nocny | Bułka razowa z mix roślinnym, połędwicą drobiową, mozzarellą sałatą i ogórkiem (*1*6*7+9+10) 100g Mandarynka 120g | 203 45 | Bułka pszenna z mix roślinnym, połędwicą drobiową, mozzarellą sałatą i pomidorem (*1*6*7+9+10) 100g Mandarynka 120g | 213 45 | Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, połędwicą drobiową, mozzarellą sałatą i pomidorem (*1*6*7+9+10) 100g Mandarynka 120g | 213 45 | Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, połędwicą drobiową, mozzarellą sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g Pomidor 1szt./100g | 203 18 | | |

| | | | | | |
|-------------------|---|--|---|---|--|
| WARTOŚCI ODŻYWCZE | Wartość energet. [kcal] 2691 Białko ogółem [g]122,43 Tłuszcz[g] 92,34 w tym nasycone [g] 29,12 Węglowodany ogółem [g] 335,13 W tym cukry [g] 59,23 Błonnik[g] 44,65 Sód [g] 2,52 | Wartość energet. [kcal] 2494 Białko ogółem [g]: 109,66 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]2494 Białko ogółem [g]: 109,66 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] 2339 Białko ogółem [g]: 110,89 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 POSIŁEK Poliklinika MSWiA

2.04.2025-11.04.2025

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

| Wtorek, 8 kwietnia 2025 | | | | | | | | | | |
|-------------------------|---|------|---|------|---|------|--|----------|---|------|
| | 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) 100g | 60 | Płatki jęczmienne na mleku (*7*1), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml | 612 |
| | 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 | | |
| | Szynka drobiowa(*9*10) 20g | 19 | Szynka drobiowa(*9*10) 20g | 19 | Szynka drobiowa(*9*10) 20g | 19 | Szynka drobiowa(*9*10) 20g | 19 | | |
| | Rzodkiew biała 50g | 7 | Pomidor 50g | 9 | Pomidor 50g | 9 | Rzodkiew biała 50g | 7 | | |
| | Roszonka 5g | 1 | Roszonka 5g | 1 | Roszonka 5g | 1 | Roszonka 5g | 1 | | |
| | Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g | 261 | Chleb pszenny (*1) 100g | 263 | Chleb pszenny (*1) 100g | 263 | Chleb razowy (*1) 100g | 251 | Herbata z cukrem 250ml | |
| | Mix śniadaniowe 62% kanapkowe(*7) 20g | 116 | Mix śniadaniowe 62% kanapkowe(*7) 20g | 116 | Mix śniadaniowe 62% kanapkowe(*7) 20g | 116 | Mix śniadaniowe 62% kanapkowe(*7) 20g | 116 | | |
| | Herbata b/c 250ml | | Herbata b/c 250ml | | Herbata b/c 250ml | | Herbata b/c 250ml | | | |
| II śniadanie | Jabłko 1szt./160g | 75 | Mus owocowy 100% owoców 100g | 54 | Mus owocowy 100% owoców 100g | 54 | Jabłko 1szt./160g Migdały (*8) 10g | 75 65 | Mus owocowy z przetrzanych owoców bez cukru (*7) 105g | 90 |
| 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 | 638 |
| | Gołąbek bez zawijania z kapustą, ryżem i mięsem drobiowo-wieprzowym w sosie pomidorowym 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 100g/50ml | 276 | Żółtko jaja 20g | 50 |
| | Ziemniaki 200g | 142 | Marchewka gotowana z masłem (*7) 70g | 38 | Ziemniaki 200g | 142 | Ziemniaki 200g | 142 | Kompot wieloowocowy 250ml | |
| | Sałatką szwedzką z ogórka z olejem rzepakowym 70g | 23 | Brokuł gotowany 50g | 15 | Marchewka gotowana z masłem (*7) 70g | 38 | Sałatką szwedzką z ogórka z olejem rzepakowym 70g | 23 | | |
| | Brokuł gotowany 50g | 15 | Kompot owocowy 250ml | 50 | Brokuł gotowany 50g | 15 | Brokuł gotowany 50g | 18 | | |
| | Kompot owocowy 250ml | 50 | | | Kompot owocowy 250ml | 50 | Woda 500ml | | | |
| Podwieczerek | Serek homogenizowany owocowy 150g | 154 | Serek homogenizowany owocowy 150g | 154 | Serek homogenizowany owocowy 150g | 154 | Kefir (*7) 200ml | 102 | Kefir 200ml *7 | 102 |
| Kolacja | Poładwica wieprzowa (+6+9+10) 50g | 62 | Poładwica wieprzowa (+6+9+10) 50g | 62 | Poładwica wieprzowa (+6+9+10) 50g | 62 | Poładwica wieprzowa (+6+9+10) 50g | 62 | Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml | 565 |
| | Pasta z gotowanej fasoli z przyprawami 50g | 55 | Serek kanapkowy twarogowy (*7) 1szt./17g | 47 | Serek kanapkowy twarogowy (*7) 1szt./17g | 47 | Pasta z gotowanej fasoli z przyprawami 50g | 55 | | |
| | Ogórek 50g | 6 | Cukinia parzona 50g | 7 | Cukinia parzona 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 | 251 | | |
| | 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 | | | |
| Nocny | Bułka razowa z mix roślinnym, poładwicą wieprzową, serem mozzarella, sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g | 213 | Bułka pszenna z mix roślinnym, poładwicą drobiową, mozzarellą,sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g | 208 | Bułka pszenna z mix roślinnym, poładwicą drobiową, sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g | 208 | Bułka razowa z mix roślinnym, poładwicą wieprzową, serem mozzarella,sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g | 213 | | |
| | Marchewka 120g | 41 | Banan 1 szt | 110 | Banan 1 szt | 110 | Marchewka tarta 120g | 41 | | |

| WARTOŚCI ODŻYWCZE | Wartość energet. [kcal] 2501 Białko ogółem [g]: 110,15 Tłuszcz[g]: 78,34 w tym tłuszcze nasycone[g]: 30,23 Węglowodany ogółem[g]: 315,56 w tym cukry[g]: 58,23 Błonnik[g]: 38,93 Sód [g]: 2,56 | Wartość energet. [kcal] 2506 Białko ogółem [g]: 104,78 Tłuszcz[g]: 64,97 w tym tłuszcze nasycone[g]: 25,11 Węglowodany ogółem[g]: 322,12 w tym cukry[g]: 58,45 Błonnik[g]: 35,11 Sód [g]: 2,42 | Wartość energet. [kcal] 2486 Białko ogółem [g]: 102,52 Tłuszcz[g]: 63,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,67 Węglowodany ogółem[g]: 322,12 w tym cukry[g]: 58,45 Błonnik[g]: 35,03 Sól [g]: 2,38 | Wartość energet. [kcal] 2243 Białko ogółem [g]:96,23 Tłuszcz[g]: 70,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,03 Węglowodany ogółem[g]: 298,82 w tym cukry[g]:41,23 Błonnik[g]: 42,09 Sód[g]:2,52 | Wartość energet. [kcal]2054 Białko ogółem [g] 72,34 Tłuszcz[g] 49.73 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 288,34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 2,02 |
|-------------------|---|---|---|--|--|
|-------------------|---|---|---|--|--|

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

2.04.2025-11.04.2025

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, 9 kwietnia 2025 | | | | | | | | | | | |
|--------------------------|--|---|--|--|---|--|---|--|--|--|-----|
| | 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 Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe 62% kanapkowe(*7) 20g Połudwica sopočka (*6+1+9+10) 60g Mozzarella plaster (*7)20g Pomidor 50g Kiełki rzodkiewki 5g Herbata b/c 250ml | 247 261 116 65 56 9 1 | Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe 62% kanapkowe(*7) 20g Połudwica sopočka (*6+1+9+10) 60g Mozzarella plaster (*7)20g Pomidor 50g Sałata 1liść/5g Herbata b/c 250ml | 247 263 116 65 56 9 1 | Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe 62% kanapkowe(*7) 20g Połudwica sopočka (*6+1+9+10) 60g Mozzarella plaster (*7)20g Pomidor 50g Sałata 1 liść /5g Herbata b/c 250ml | 247 263 116 65 56 9 1 | Serek wiejski (*7) 150g Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe 62% kanapkowe(*7) 20g Połudwica sopočka (*6+1+9+10) 60g Mozzarella plaster (*7)20g Pomidor 50g Kiełki rzodkiewki 5g Herbata bez cukru 250ml | 142 251 116 65 56 9 1 | Płatki owsiane na mleku (*7+1) , mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml | 602 | |
| II śniadanie | Banan 1szt./130g | 110 | Banan 1szt./130g | 110 | Banan 1szt./130g | 110 | Grejprut 200g Pestki dyni (+8) 10g | 102 54 | Mus owocowy 100%/100g | 54 | |
| Obiad | Barszcz czerwony z ziemniakami i fasolą na wywarze mięsno-warzywnym (*7,*9)400ml Gulasz z szynki wieprzowej duszony w sosie pieczeniowym (*1*7) 100g/30ml Kluski śląskie(*1) 8szt./160g Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki z olejem rzepakowym 70g Szpinak gotowany 50g Kompot owocowy 250ml | 284 256 208 54 22 50 | Barszcz czerwony z ziemniakami na wywarze mięsny i włoszczyzny(*9)400ml Gulasz z szynki wieprzowej w sosie pieczeniowym (*1*7) 100g/30ml Kluski śląskie(*1) 8szt./160g Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 70g Szpinak gotowany 50g Kompot owocowy 250ml | 235 256 208 32 22 50 | Barszcz czerwony z ziemniakami na wywarze mięsny i włoszczyzny(*9)400ml Gulasz z szynki wieprzowej w sosie pieczeniowym(*1*7) 100g/30ml Kluski śląskie(*1) 8szt./160g Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 70g Szpinak gotowany 50g Kompot owocowy 250ml | 235 256 208 32 22 50 | Barszcz czerwony z ziemniakami i fasolą na wywarze mięsno-warzywnym (*7,*9)400ml Gulasz z szynki wieprzowej w sosie pieczeniowym (*1*7) 100g/30ml Kasza gryczana 200g Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki z olejem rzepakowym70g Szpinak gotowany 50g Woda 500ml | 284 256 242 54 22 | Barszcz czerwony (*7,*9), ziemniaki, mięso wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml | 625 50 | |
| | Jogurt naturalny (*7) 150g | 90 | Jogurt naturalny (*7) 150g | 90 | Jogurt naturalny (*7) 150g | 90 | Jogurt naturalny (*7) 150g | 90 | Jogurt naturalny (*7) 150g | 90 | |
| | Kolacja | Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym z kurczakiem 200g Papryka 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 176 10 261 116 | Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym z kurczakiem 200g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 176 9 263 116 | Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym z kurczakiem 200g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c250ml | 176 9 263 116 | Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowymz kurczakiem 200g Papryka 50g Chleb razowy (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 176 10 251 116 | Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml | 575 |
| | | Kanapka tostowa razowa z serem, jajkiem, sałata, ogórkiem i masłem (*1*3*7+6+9+10) 1szt. Mandarynka 100g | 195 45 | Kanapka tostowa pszenna z szynką,twarogiem sałata, pomidorem i masłem (*1*7*3+6+9+10) 1szt. Mandarynka 100g | 201 45 | Kanapka tostowa pszenna z szynką, twarogiem sałata, pomidorem i masłem (*1*7*3+6+9+10) 1szt. Mandarynka 100g | 201 45 | Kanapka tostowa razowa z serem, jajkiem, sałata, ogórkiem i masłem (*1*7*3+6+9+10) 1szt. Ogórek w słupkach 150g | 196 22 | | |
| WARTOŚCI ODŻYWCZE | | | | | | | | | | | |
| | | Wartość energet. [kcal] 2632 Białko ogółem [g]: 119,34 Tłuszcz[g]: 92,87 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 345,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 45,09 Sód [g]: 2,89 | | Wartość energet. [kcal] 2570 Białko ogółem [g]: 113,98 Tłuszcz[g]: 85,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 350,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:38,12 Sód[g]: 2,56 | | Wartość energet. [kcal] 2570 Białko ogółem [g]: 113,98 Tłuszcz[g]: 85,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 350,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:38,12 Sód[g]: 2,56 | | Wartość energet. [kcal] 2515 Białko ogółem [g]:112,63 Tłuszcz[g]: 89,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 329,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:47,99 Sód [g]: 2,24 | | Wartość energet. [kcal]2003 Białko ogółem [g] 75,45 Tłuszcz[g] 53,54 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 302,63 W tym cukry [g] 31,12 Błonnik[g] 24,54 Sód [g] 2,18 | |

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

2.04.2025-11.04.2025

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

| Czwartek, 10 kwietnia 2025 | | | | | | | | | | |
|----------------------------|--|---|---|---|---|---|---|--|--|-----------|
| | 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 |
| | Płatki jaglane na mleku (*) 350ml Paszтет zapiekany drobiowy (*1*3*9+7+6) 50 Twarożek z koperkiem (*) 30g Papryka 50g Rukola 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Mix śniadaniowe 62% kanapkowe(*) 20g Herbata b/c 250ml | 255 156 49 10 1 261 116 | Płatki jaglane na mleku (*) 350ml Twarożek z koperkiem (*) 70g Miód 15g Pomidor 50g Rukola 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe 62% kanapkowe(*) 20g Herbata b/c 250ml | 255 89 40 9 1 263 116 | Płatki jaglane na mleku (*) 350ml Twarożek z koperkiem (*) 70g Miód 15g Pomidor 50g Rukola 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe 62% kanapkowe(*) 20g Herbata b/c 250ml | 255 89 40 9 1 263 116 | Schab z kija (*6+9+10) 40g Paszтет zapiekany drobiowy (*1*3*9+6) 50g Twarożek z koperkiem (*) 30g Papryka 50g Rukola 5g Chleb razowy (*1)100g Mix śniadaniowe 62% kanapkowe(*) 20g Herbata b/c 250ml | 55 156 49 10 1 251 116 | Płatki jaglane na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml | 589 |
| | Gruszka 160g | 85 | Mus owocowy 100% b/c /100g | 54 | Mus owocowy 100% b/c /100g | 54 | Gruszka 160g Pestki dyni (+8) 15g | 85 52 | Mus owocowy 100% b/c /100g | 54 |
| | Zupa pieczarkowa na wywarze mięsny i włoszczyzny z makaronem (*1*7*9) 400ml Stek z cebulką drobiowo-wieprzowy pieczony (*1*3) 100g Ziemniaki 200g Buraczki gotowane tarte z olejem rzepakowym 70g Kalafior gotowany 50g Kompot wieloowocowy 250ml | 265 285 142 45 16 50 | Zupa wiejska na wywarze mięsny i włoszczyzny z makaronem (*1*7*9) 400ml Pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany w sosie szpinakowym 100g/30g Ziemniaki 200g Buraczki gotowane tarte z olejem rzepakowym 70g Kalafior gotowany 50g Kompot wieloowocowy 250ml | 225 201 142 45 16 50 | Zupa wiejska na wywarze mięsny i włoszczyzny z makaronem (*1*7*9) 400ml Pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany w sosie szpinakowym 100g/30g Ziemniaki 200g Buraczki gotowane tarte z olejem rzepakowym 70g Kalafior gotowany 50g Kompot wieloowocowy 250ml | 225 201 142 45 16 50 | Zupa pieczarkowa na wywarze mięsny i włoszczyzny z makaronem (*1*7*9) 400ml Pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany w sosie szpinakowym 100g/30g Ziemniaki 200g Surówka z buraka i marchewki z olejem rzepakowym 70g Kalafior gotowany 50g Woda 500ml | 249 201 142 44 16 | Zupa wiejska (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml | 625 50 |
| | Serek wiejski (*) 150g | 142 | Serek wiejski (*) 150g | 142 | Serek wiejski (*) 150g | 142 | Kefir (*) 200ml | 102 | Mus owocowy 100% owoców 100g | 54 |
| | Szynka drobiowa (*1+6+9) 60g Dżem truskawkowy 25g Ogórek 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 59 40 6 261 116 | Szynka drobiowa (*1+6+9) 60g Dżem truskawkowy 25g Cukinia gotowana 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 59 40 7 263 116 | Szynka drobiowa (*1+6+9) 60g Dżem truskawkowy 25g Cukinia gotowana 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 59 40 7 263 116 | Szynka drobiowa (*1+6+9) 60g Ser żółty (*) 20g Chleb razowy (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml | 59 70 6 251 116 | Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml | 511 |
| | Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, poledwica wieprzowa, serem żółtym, sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g Pomidor 1 szt 100g | 217 18 | Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwica drobiowa, twarożkiem, sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Mandarynka 120g | 194 45 | Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwica drobiowa, twarożkiem, sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Mandarynka 120g | 194 45 | Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, poledwica wieprzowa, serem żółtym, sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g Pomidor 1 szt 100g | 217 18 | | |
| WARTOŚCI ODZTWICZE | Wartość energet. [kcal] 2595 Białko ogółem [g] 117,54 Tłuszcz[g] 91,123 w tym nasycone [g] 27,12 Węglowodany ogółem [g] 319,13 W tym cukry [g] 53,23 Błonnik[g] 37,65 Sód [g] 2,44 | | Wartość energet. [kcal] 2372 Białko ogółem [g] 82,02 Tłuszcz[g] 72,65 w tym nasycone [g] 22,44 Węglowodany ogółem [g] 344,29 W tym cukry [g] 55,12 Błonnik[g] 22,34 Sód [g] 2,23 | | Wartość energet. [kcal] 2372 Białko ogółem [g] 82,02 Tłuszcz[g] 72,65 w tym nasycone [g] 22,44 Węglowodany ogółem [g] 344,29 W tym cukry [g] 55,12 Błonnik[g] 22,34 Sód [g] 2,23 | | Wartość energet. [kcal] 2266 Białko ogółem [g] 96,54 Tłuszcz[g] 80,76 w tym nasycone [g] 19,12 Węglowodany ogółem [g] 268,22 W tym cukry [g] 42,76 Błonnik[g] 45,34 Sód [g] 2,10 | | Wartość energet. [kcal]1955 Białko ogółem [g] 80,12 Tłuszcz[g] 52,45 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 284,34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 1,98 | |

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK Poliklinika MSWiA

2.04.2025-11.04.2025

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

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

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

| Piątek, 11 kwietnia 2025 | | | | | | | | | | |
|--------------------------|--|-------------------|--|-------------------|--|-------------------|---|-------------------------|---|------|
| | 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 150g *7 | 142 | Płatki jęczmienne na mleku (*7*1), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml | 589 |
| | Chleb mieszany, ziarnisty (*1) 100g | 261 | Chleb pszenny (*1) 100g | 263 | Chleb pszenny (*1) 100g | 263 | Mix śniadaniowe 62% kanapkowe(*7) 20g | 251 | | |
| | Mix śniadaniowe 62% kanapkowe(*7) 20g | 116 | Mix śniadaniowe 62% kanapkowe(*7) 20g | 116 | Mix śniadaniowe 62% kanapkowe(*7) 20g | 116 | Jajko w sosie koperkowym (*3*7) 1 szt./30ml | 116 | | |
| | Jajko w sosie koperkowym (*3*7) 1 szt./30ml | 95 | Jajko w sosie koperkowym (*3*7) 1 szt./30ml | 95 | Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 50g | 62 | Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 40g | 95 | | |
| | Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 40g | 45 | Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 40g | 45 | Dżem 25g | 40 | Pomidor 50g | 45 | | |
| | Pomidor 50g | 9 | Pomidor 50g | 9 | Roszonka 5g | 9 | Roszonka 5g | 9 | | |
| Roszonka 5g | 1 | Roszonka 5g | 1 | Herbata b/c 250ml | 1 | Herbata b/c 250ml | 1 | Herbata bez cukru 250ml | 1 | |
| Herbata b/c 250ml | 1 | Herbata b/c 250ml | 1 | | | | | | | |
| II śniadanie | Banan 120g | 110 | Banan 120g | 110 | Banan 120g | 110 | Pomarańcza 200g Pestki dyni (*8) 10g | 112 54 | Jogurt owocowy 150g *7 | 111 |
| Obiad | Zupa szpinakowa na wywarze mięsno-warzywnym z ryżem (*7*9) 400ml | 236 | Zupa szpinakowa na wywarze mięsno-warzywnym z ryżem (*7*9)400ml | 236 | Zupa szpinakowa na wywarze mięsno-warzywnym z ryżem (*7*9)400ml | 236 | Zupa szpinakowa na wywarze mięsno-warzywnym z ryżem brązowym (*7*9)400ml | 227 | Zupa szpinakowa (*7,*9), ziemniaki, Morszczuk gotowany, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml | 625 |
| | Ryba morskiczek smażona panierowana (*1*4*9) 100g | 265 | Ryba morskiczek na parze z masłem i koperkiem (*1*4) 100g | 189 | Ryba morskiczek na parze z masłem i koperkiem (*1*4) 100g | 189 | Ryba morskiczek na parze z masłem i koperkiem (*1*4) 100g | 189 | | |
| | Ziemniaki 200g | 142 | Ziemniaki 200g | 142 | Ziemniaki 200g | 142 | Ziemniaki 200g | 142 | | |
| | Sałátka szwedzka z olejem rzepakowym 70g | 23 | Marchew na ciepło z masłem (*7) 70g | 35 | Marchew na ciepło z masłem (*7) 70g | 35 | Sałátka szwedzka z olejem rzepakowym 70g | 23 | | |
| | 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 | Kompot wieloowocowy 250ml | |
| Przekąski | Jogurt owocowy (*7) 150g | 125 | Jogurt owocowy (*7) 150g | 125 | Jogurt owocowy (*7) 150g | 125 | Jogurt naturalny (*7) 150g | 90 | Jogurt naturalny (*7) 150g | 90 |
| | | | | | | | | | | |
| Kolacja | Makaron z warzywami i piersią z kurczaka na ciepło (*1+9+10) 200g | 255 | Makaron z warzywami i piersią z kurczaka na ciepło (*1+9+10) 200g | 255 | Makaron z warzywami i piersią z kurczaka na ciepło (*1+9+10) 200g | 255 | Makaron pełnoziarnisty z warzywami i piersią z kurczaka na ciepło (*1+9+10) 200g | 254 | Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml | 511 |
| | 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 | 251 | | |
| | 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 | | | | |
| Nocny | Bułka razowa z mix roślinnym, serem żółtym, jajkiem,salata i ogórkiem (*7*1*6+9+10) 100g | 178 | Bułka pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, jajkiem salata i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g | 182 | Bułka pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, jajkiem salata i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g | 182 | Bułka razowa z mix roślinnym, serem żółtym, jajkiem, salata i ogórkiem (*1*7*6+9+10) 100g | 178 | | |
| | Papryka słupki 100g | 22 | Mus 100%/100g | 54 | Mus 100%/100g | 54 | Papryka słupki 100g | 22 | | |

| WARTOŚCI ODŻYWCZE | Wartość energet. [kcal] 2610 Białko ogółem [g]: 123,04 Tłuszcz[g]: 95,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 345,23 w tym cukry[g]: 46,245 Błonnik[g]:38,12 Sód [g]: 2,75 | Wartość energet. [kcal]2587 Białko ogółem [g]: 116,22 Tłuszcz[g]: 79,34 w tym tłuszcze nasycone[g]: 15,56 Węglowodany ogółem[g]: 355,98 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:23,04 Sód [g]: 2,61 | Wartość energet. [kcal]2549 Białko ogółem [g]: 113,22 Tłuszcz[g]: 76,34 w tym tłuszcze nasycone[g]: 15,56 Węglowodany ogółem[g]: 355,98 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:23,04 Sód [g]: 2,61 | Wartość energet. [kcal] 2361 Białko ogółem [g]: 99,87 Tłuszcz[g]: 74,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 283,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:45,99 Sód [g]: 2,33 | Wartość energet. [kcal]2011 Białko ogółem [g] 75,54 Tłuszcz[g] 51.3 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 289.34 W tym cukry [g] 19,22 Błonnik[g] 20,45 Sód [g] 1,92 |
|-------------------|---|--|--|--|---|
|-------------------|---|--|--|--|---|