

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

12.04.2025-21.04.2025

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, 12 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	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml	247	Jogurt naturalny 100g *7	60	Płatki owsiane 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	Chleb razowy (*1) 100g	251	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	
II śniadanie	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mozzarella [plaster (*7) 20g	116	Herbata 250ml	54
	Polędwica wieprzowa +1+9+10) 60g	65	Polędwica sopočka wieprzowa +1+9+10) 60g	65	Polędwica sopočka wieprzowa +1+9+10) 60g	65	Rzodkiew biała tarta 50g	65	Mus owocowy 100%/100g	
	Mozzarella plaster (*7) 20g	56	Mozzarella plaster (*7) 20g	56	Mozzarella plaster (*7) 30g	56	Roszponka 5g	1		
	Rzodkiew biała tarta 50g	7	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Herbata bez cukru 250ml	1		
	Rukola 5g	1	Roszponka 5g	1	Roszponka 5g	1				
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml					
Obiad	Gruszka 160g	85	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Gruszka 160g	85		625
	Zupa kalafiorowa z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*1*3*7*9) 400ml	235	Zupa kalafiorowa z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*1*3*7*9) 400ml	235	Zupa kalafiorowa z zacierką na wywarze mięsno-warzywnym (*1*3*7*9) 400ml	235	Zupa kalafiorowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*1*3*7*9) 400ml	227	Zupa kalafiorowa (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	
	Gulasz z piersi kurczaka w sosie z wószczyzny z ziołami 100g/30g	245	Gulasz z piersi kurczaka w sosie z wószczyzny z ziołami 100g/30g	245	Gulasz z piersi kurczaka w sosie z wószczyzny z ziołami 100g/30g	245	Gulasz z piersi kurczaka w sosie z wószczyzny z ziołami (*7) 100g/30g	245	Kompot wieloowocowy 250ml	
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Surówka z kiszzonej kapusty, marchewki i olejem rzepakowym 70g	46		
	Surówka z kiszzonej kapusty, marchewki z pietruszką i olejem rzepakowym 70g	46	Cukinia gotowana z masłem (*7) 70g	32	Cukinia gotowana z masłem (*7) 70g	32	Brokuł gotowany 50g	16		
Brokuł gotowany 50g	16	Brokuł gotowany 50g	16	Brokuł gotowany 50g	16	Woda 500ml	16			
Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50					
Podwieczorek	Serek homogenizowany owocowy(*7) 150g	154	Serek homogenizowany owocowy(*7) 150g	154	Serek homogenizowany owocowy(*7) 150g	154	Kefir (*7) 200ml	102	Jogurt naturalny (*7) 180ml	102
							Otręby pszenne (*1) 10g	32		
Kolacja	Szynka drobiowa (*1+6+9) 60g	59	Szynka drobiowa (*1+6+9) 60g	59	Szynka drobiowa (*1+6+9) 60g	59	Szynka drobiowa (*1+6+9) 60g	59	Mięso drobiowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	511
	Ser żółty (*7) 20g	70	Serek kanapkowy twarogowy (*7) 1szt./17g	47	Serek kanapkowy twarogowy (*7) 1szt./17g	47	Serek kanapkowy twarogowy (*7) 1szt./17g	47	Herbata 250ml	
	Papryka 50g	10	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Papryka 50g	10		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g	251		
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g	116		
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml				
Nocny	Kanapka tostowa razowa z szynką wieprzową, mozzarellą, sałatą, ogórkiem i masłem roślinnym(*1*7+6+9+10) 1szt.	203	Kanapka tostowa pszenna z szynką wieprzową ,mozzarellą, sałatą, pomidorem i masłem roślinnym (*1*7+6+9+10) 1szt.	213	Kanapka tostowa pszenna z szynką wieprzową, mozzarella, sałatą, pomidorem i masłem roślinnym (*1*7+6+9+10) 1szt.	213	Kanapka tostowa razowa z szynką wieprzową , mozzarellą, sałatą, ogórkiem i masłem roślinnym (*1*7+6+9+10) 1szt.	203		52
	Sok owocowy 200ml	99	Sok owocowy 200ml	99	Sok owocowy 300ml	99	Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 100g	99		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2492		Wartość energet. [kcal] 2487		Wartość energet. [kcal] 2467		Wartość energet. [kcal] 2257		Wartość energet. [kcal]1983	
	Białko ogółem [g]: 107,34		Białko ogółem [g]: 98,63		Białko ogółem [g]: 98,63		Białko ogółem [g]: 92,04		Białko ogółem [g] 75,54	
Tłuszcz[g]: 85,87		Tłuszcz[g]: 76,123		Tłuszcz[g]: 76,123		Tłuszcz[g]: 70,12		Tłuszcz[g] 51,3		
w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05		w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03		w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03		w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56		w tym nasycone [g] 19,23		
Węglowodany ogółem[g]: 325,07		Węglowodany ogółem[g]: 331,12		Węglowodany ogółem[g]: 331,12		Węglowodany ogółem[g]: 260,23		Węglowodany ogółem [g] 289,34		
w tym cukry[g]: 50,65		w tym cukry[g]: 41,64		w tym cukry[g]: 41,64		w tym cukry[g]: 30,245		W tym cukry [g] 19,22		
Błonnik[g]: 40,09		Błonnik[g]:27,99		Błonnik[g]:27,99		Błonnik[g]:46,12		Błonnik[g] 20,45		
Sód [g]: 2,48		Sód [g]: 2,33		Sód [g]: 2,33		Sód [g]: 2,25		Sód [g] 1,82		

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

12.04.2025-21.04.2025

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, 13 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	255	Kasza manna na mleku (*1*7) 400ml	255	Kasza manna na mleku (*1*7) 400ml	255	Kefir (*7) 200ml	102	Kasza manna na mleku (*1*7),	589
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	251	mleko w	
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	proszku (*7),	
	Jajecznicza na parze (*3) 100g	202	Jajecznicza na parze (*3) 100g	202	Jajecznicza z białek jaj na parze (*3) 100g	202	Jajecznicza na parze (*3) 100g	202	miód, bułka	
	Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 30g	34	Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 30g	34	Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 30g	34	Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 30g	34	pszenna (*1)	
	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	450ml	
	Kiełki rzodkiewki 5g	1	Liść sałaty 5g	1	Liść sałaty 5g	1	Kiełki rzodkiewki 5g	1	Herbata 250ml	
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata bez cukru 250ml				
II śniadanie	Banan 150g	110	Banan 150g	110	Banan 150g	110	Jabłko 150g Pestki dyni(+8) 10g	75 52	Sok jabłkowy 200ml	99
Obiad	Rosół na wywarze warzywno-drobiowym z ryżem (*9) 400ml	189	Rosół na wywarze warzywno-drobiowym z ryżem (*9) 400ml	189	Rosół na wywarze warzywno-drobiowym z ryżem (*9) 400ml	189	Rosół na wywarze warzywno-drobiowym z ryżem brązowym (*9) 400ml	186	Rosół (*7,*9),	625
	Udko z kurczaka pieczone 150g	265	Udko z kurczaka gotowane w sosie koperkowym (*1*7+9) 150g/30ml	254	Udko z kurczaka gotowane w sosie koperkowym (*1*7+9) 150g/30ml	254	Udko z kurczaka pieczone 150g	265	ziemniaki,	
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	mięso	
	Kalafior gotowany 50g	14	Kalafior gotowany 50g	14	Kalafior gotowany 50g	14	Kalafior gotowany 50g	14	wieprzowe,	
	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g	45	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g	45	Buraczki tarte olejem rzepakowym 70g	45	Surówka z buraczka i jabłka 70g	44	mleko w	
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml	50	proszku (*7),	
									śmietana (*7)	
Podwie	Galaretka z owocami bez cukru 123g	100	Galaretka z owocami bez cukru 123g	100	Galaretka z owocami bez cukru 123g	100	Jogurt naturalny (*7) 150g Migdały (+8) 10g	90 62	Deser z przetartych owoców 120g	71
Kolacja	Twaróg z rzodkiewka i szczypiorem (*7) 70g	98	Pasta twarogowa z zieleciną (*7) 70g	92	Pasta twarogowa z zieleciną (*7) 70g	92	Pasta twarogowa z rzodkiewką i szczypiorem (*7) 70g	98	Mięso	511
	Miód 15g	40	Miód 15g	40	Miód 15g	40	Poledwica sopocka (*6+9+10) 30g	35	wieprzowe,	
	Ogórek kiszony 50g	6	Cukinia gotowana 50g	7	Cukinia gotowana 50g	7	Ogórek kiszony 50g	6	jajko(*3),	
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	251	seler(*9),	
	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	marchew,	
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata bez cukru 250ml		pietruszką,	
									oliwa, masło	
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, poledwica sopocką, jajkiem,sałatą i papryką (*7*1*6+9+10) 100g	188	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwica sopocką, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	198	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwica sopocką, jajkiem,sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	198	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, poledwica sopocką, jajkiem,sałatą i papryką (*1*7*6+9+10) 100g	188	kasza	1999
	Pomidor 100g/1szt	18	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Pomidor 100g/1szt	18	manna (*1)	
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2420 Białko ogółem [g]: 109,26 Tłuszcz[g]: 88,04 w tym tłuszcze nasycone[g]: 33,03 Węglowodany ogółem[g]: 339,27 w tym cukry[g]: 57,64 Błonnik[g]: 38,72 Sód [g]: 2,53		Wartość energet. [kcal] 2454 Białko ogółem [g]: 95,66 Tłuszcz[g]: 73,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 341,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 22,12 Sód [g]: 2,47		Wartość energet. [kcal] 2328 Białko ogółem [g]: 87,92 Tłuszcz[g]: 68,45 w tym tłuszcze nasycone[g]: 16,05 Węglowodany ogółem[g]: 332,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 22,12 Sód [g]: 2,31		Wartość energet. [kcal] 2390 Białko ogółem [g]: 102,11 Tłuszcz[g]: 674,92 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 292,45 w tym cukry[g]:47,23 Błonnik[g]: 44,09 Sód [g]:2,18		Wartość energet. [kcal]1999 Białko ogółem [g] 70,12 Tłuszcz[g] 50,45 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 284,34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 1,82	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

12.04.2025-21.04.2025

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, 14 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 (*) 350ml Chleb mieszany ziarnisty (*) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Szynka delikatesowa drobiowa (+1+9+10) 60g Mozzarella plaster (*) 20g Papryka 50g Roszponka 5g Herbata b/c 250ml	245 261 116 59 56 10 1	Płatki jaglane na mleku (*) 350ml Chleb pszenny (*) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Szynka delikatesowa drobiowa (+1+9+10) 60g Mozzarella plaster (*) 20g Pomidor 50g Roszponka 5g Herbata b/c 250ml	245 263 116 59 56 9 1	Płatki jaglane na mleku (*) 350ml Chleb pszenny (*) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Szynka delikatesowa drobiowa (+1+9+10) 60g Mozzarella plaster (*) 20g Pomidor 50g Roszponka 5g Herbata b/c 250ml	245 263 116 59 56 9 1	Serek wiejski (*) 150g Chleb razowy (*) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Szynka delikatesowa drobiowa t(+1+9+10) 60g Mozzarella plaster (*) 20g Papryka 50g Roszponka 5g Herbata bez cukru 250ml	142 251 116 59 56 10 1	Płatki jaglane na mleku (*) , mleko w proszku (*) , miód, bułka pszenna (*) 450ml Herbata 250ml	589
II śniadanie	Gruszka 160g	85	Banan 150g	110	Banan 150g	110	Gruszka 160g Pestki słonecznika (*) 10g	85 52	jogurt owocowy (*) 150g	125
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml Kotlet mielony z mięsa wieprzowo-drobiowego pieczony (*1*3) 100g Ziemniaki 200g Sałatka z ogórka kiszzonego i marchewki z olejem rzepakowym 70g Sałata z oliwą 50g Kompot owocowy 250ml	278 287 142 43 36 50	Zupa pomidorowa z makaronem na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml Pulpet z mięsa wieprzowo-drobiowego w sosie szpinakowym (*1*3) 100g/50ml Ziemniaki 200g Bukiet warzyw gotowany z masłem (*) 70g Sałata z oliwą 50g Kompot owocowy 250ml	278 236 142 45 36 50	Zupa pomidorowa z makaronem na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml Pulpet z mięsa wieprzowo-drobiowego w sosie szpinakowym (*1*3) 100g/50ml Ziemniaki 200g Bukiet warzyw gotowany z masłem (*) 70g Sałata z oliwą 50g Kompot owocowy 250ml	278 236 142 45 36 50	Zupa pomidorowa z makaronem razowym na wywarze mięsno-warzywnym (*1*7*9) 400ml Pulpet drobiowo-wieprzowe gotowane w sosie szpinakowym (*1*7*9) 100g/50ml Ziemniaki 200g Sałatka z ogórka kiszzonego i marchewki z olejem rzepakowym 70g Sałata z oliwą 50g Woda 500ml	264 236 142 43 36	Zupa pomidorowa (*9), ziemniaki, mięso drobiowo-wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml	625 50
Podwiecz	Jogurt naturalny 150g *7	90	Jogurt owocowy (*) 150g	125	Jogurt owocowy (*) 150g	125	Jogurt naturalny 150g *7	90	Mus owocowy 100%/100g bez cukru	54
Kolacja	Risotto z kurczakiem i warzywami na ciepło (*) 200g Papryka 50g Chleb mieszany ziarnisty (*) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*) 20g Herbata b/c 250ml	243 6 261 116	Risotto z kurczakiem i warzywami na ciepło (*) 200g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*) 20g Herbata b/c 250ml	243 7 263 116	Risotto z kurczakiem i warzywami na ciepło (*) 200g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*) 20g Herbata b/c 250ml	243 7 263 116	Risotto z ryżu brązowego z kurczakiem i warzywami na ciepło (*) 200g Papryka 50g Chleb razowy (*) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*) 20g Herbata b/c 250ml	221 6 251 116	Mięso wieprzowe, jajko(*)3, seler(*)9, marchew, pietruszka, oliwa, masło (*)7, kasza manna (*) 450ml Herbata 250ml	545
Nocny	Kanapka tostowa razowa z szynką wieprzową, twarogiem, sałata, ogórkiem i masłem roślinnym (*1*7+6+9+10) 1szt. Mandarynka 120g	184 45	Kanapka tostowa pszenna z szynką wieprzową, twarogiem, sałata, pomidorem i masłem roślinnym(*1*7+6+9+10) 1szt. Mandarynka 120g	194 45	Kanapka tostowa pszenna z szynką wieprzową, twarogiem, sałata, pomidorem i masłem roślinnym(*1*7+6+9+10) 1szt. Mandarynka 120g	194 45	Kanapka tostowa razowa z szynką wieprzową, twarogiem, sałata, ogórkiem i masłem roślinnym(*1*7+6+9+10) 1szt. Rzodkiew biała talarci 100g	143 17		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2551 Białko ogółem [g]: 110,45 Tłuszcz[g]: 83,82 w tym tłuszcze nasycone[g]: 29,23 Węglowodany ogółem[g]: 342,56 w tym cukry[g]: 58,23 Błonnik[g]: 40,03 Sód [g]: 2,58		Wartość energet. [kcal] 2586 Białko ogółem [g]: 94,91 Tłuszcz[g]: 72,112 w tym tłuszcze nasycone[g]: 21,30 Węglowodany ogółem[g]: 366,87 w tym cukry[g]: 57,18 Błonnik[g]: 32,72 Sód [g]: 2,54		Wartość energet. [kcal] 2586 Białko ogółem [g]: 94,91 Tłuszcz[g]: 72,112 w tym tłuszcze nasycone[g]: 21,30 Węglowodany ogółem[g]: 366,87 w tym cukry[g]: 57,18 Błonnik[g]: 32,72 Sód [g]: 2,54		Wartość energet. [kcal] 2301 Białko ogółem [g]: 98,24 Tłuszcz[g]: 71,02 w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,04 Węglowodany ogółem[g]: 313,12 w tym cukry[g]:40,34 Błonnik[g]:48,78 Sód [g]: 2,46		Wartość energet. [kcal]1945 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]1,77	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

12.04.2025-21.04.2025

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, 15 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		
Sniadanie	Płatki jęczmienne na mleku (*1*7)350ml Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 70g Schab wieprzowy z kija (*6+9+10) 30g Rzodkiew biała 50g Rukola 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	256 112 35 7 1 261 116	Płatki jęczmienne na mleku (*1*7)350ml Pasta jajeczna z koperkiem(*3) 70g Schab wieprzowy z kija (*6+9+10) 30g Pomidor 50g Sałata 5g Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	256 102 35 9 1 263 116	Płatki jęczmienne na mleku (*1*7)350ml Pasta z białek jaj z koperkiem (*3) 70g Schab wieprzowy z kija (*6+9+10) 30g Pomidor 50g Sałata 5g Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	256 82 35 9 1 263 116	Jogurt naturalny 100g *7 Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 70g Schab wieprzowy z kija (*6+9+10) 30g Rzodkiew biała 50g Rukola 5g Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	60 112 35 7 1 251 116	Płatki jęczmienne na mleku (*1*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata z cukrem 250ml	589		
II śniadanie	Jabłko 150g	75	Mus owocowy bez cukru 100%/100g	54	Mus owocowy bez cukru 100%/100g	54	Jabłko 150g Migdały(+8) 10g	75 62	Mus owocowy 100%/100g	54		
Obiad	Barszcz ukraiński z fasolą na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Gulasz wieprzowy z szynki (*1*9) 150g Kasza gryczana 200g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 70g Szpinak gotowany 50g Kompot wieloowocowy 250ml	283 245 242 46 18 50	Barszcz czerwony na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Gulasz wieprzowy z szynki (*1*9) 150g Kasza jęczmienna (*1) 200g Marchewka gotowana z masłem (*7) 70g Szpinak gotowany 50g Kompot wieloowocowy 250ml	256 245 218 45 18 50	Barszcz czerwony na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Gulasz wieprzowy z szynki (*1*9) 150g Kasza jęczmienna (*1) 200g Marchewka gotowana z masłem (*7) 70g Szpinak gotowany 50g Kompot wieloowocowy 250ml	256 245 218 45 18 50	Barszcz ukraiński z fasolą na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Gulasz wieprzowy z szynki (*1*9) 150g Kasza gryczana 200g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 70g Szpinak gotowany 50g Woda 500ml	283 245 242 46 18	Barszcz czerwony (*7*9) ziemniaki, mięso wieprzowe , mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot owocowy 250ml	625 50		
	Podwiecz	Kefir naturalny (*7) 200g	102	Kefir naturalny (*7) 200g	102	Kefir naturalny (*7) 200g	102	Kefir naturalny (*7) 200g	102	Kefir naturalny (*7) 200g	102	
	Kolacja	Makaron z warzywami i piersią z kurczaka na ciepło (*1+9+10) 200g Ogórek kiszony 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	255 6 261 116	Makaron z warzywami i piersią z kurczaka na ciepło (*1+9+10) 200g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	255 7 263 116	Makaron z warzywami i piersią z kurczaka na ciepło (*1+9+10) 200g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	255 7 263 116	Makaron pełnoziarnisty z warzywami i piersią z kurczaka na ciepło (*1+9+10) 200g Ogórek kiszony 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	254 6 251 116	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	511	
		Nocny	Bułka razowa z mix roślinnym, mozzarella , szynką drobiową, sałatą i papryką (*1*7*6+9+10) 100g Papryka słupki 100g	203 22	Bułka pszenna z mix roślinnym, mozzarella, szynką drobiową,salata i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Banan 120g	213 100	Bułka pszenna z mix roślinnym, mozzarella, szynką drobiową, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Banan 120g	213 100	Bułka razowa z mix roślinnym, mozzarella, szynką drobiową, sałatą i papryką (*1*7*6+9+10) 100g Papryka słupki 100g	203 22		
			WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2562 Białko ogółem [g]: 115,26 Tłuszcz[g]: 95,04 w tym tłuszcze nasycone[g]: 28,03 Węglowodany ogółem[g]: 333,27 w tym cukry[g]: 57,64 Błonnik[g]: 31,72 Sód [g]: 2,42		Wartość energet. [kcal] 2575 Białko ogółem [g]: 102,54 Tłuszcz[g]: 87,02 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 337,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 22,12 Sód [g]: 2,32		Wartość energet. [kcal]2555 Białko ogółem [g] 96,23 Tłuszcz[g] 84,12 w tym nasycone [g] 14,234 Węglowodany ogółem [g] 335,08 W tym cukry [g] 49,98 Błonnik[g] 19,24 Sód [g] 2,28		Wartość energet. [kcal] 2359 Białko ogółem [g]: 97,34 Tłuszcz[g]83,59 w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,04 Węglowodany ogółem[g]: 280,67 w tym cukry[g]:37,34 Błonnik[g]:36,78 Sód [g]: 2,14		Wartość energet. [kcal]2005 Białko ogółem [g] 70,12 Tłuszcz[g] 50,45 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 284,34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 1,99

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

12.04.2025-21.04.2025

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, 16 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	Ryż biały na mleku (*) 350ml Paszтет zapiekany drobiowy (*1*3*9+7+6) 50g Twaróg plastry 20g *7 Ogórek 50g Rukola 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Herbata b/c 250ml	255 156 36 6 1 261 116	Ryż biały na mleku (*7)350ml Połędwica drobiowa (+1+9+10+11) 60g Twaróg plastry 20g *7 Ogórek 50g Cukinia parzona 50g Rukola 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Herbata b/c 250ml	255 52 36 7 1 263 116	Ryż biały na mleku (*7)350ml Połędwica drobiowa (+1+9+10+11) 60g Twaróg plastry 20g *7 Ogórek 50g Cukinia parzona 50g Rukola 5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Herbata b/c 250ml	255 52 36 7 1 263 116	Połędwica drobiowa z majerankiem (+1+9+10+11) 20g Paszтет zapiekany drobiowy (*1*3*9+6) 50g Twaróg plastry 20g *7 Ogórek 50g Rukola 5g Chleb razowy (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g Herbata b/c 250ml	25 156 36 6 1 251 116	Ryż na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml	589
II śniadanie	Banan 1szt./150g Pestki dyni (+8) 10g	110 58	Banan 1szt./150g	110	Banan 1szt./150g	110	Pomarańcza 150g Pestki dyni (+8) 10g	112 58	Sok pomidorowy 300ml	36
Obi	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno- warzywnym z lanym ciastem (*1*3*7*9) 400ml Fasolka po bretońsku z mięsem wieprzowym (*1*3*7*9) 150g Ziemniaki 200g Jabłko 1szt./150g Kompot wieloowocowy 250ml	228 289 142 75 50	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno- warzywnym z lanym ciastem (*1*3*7*9) 400ml Pulpet mięsno-ryżowy z mięsa wieprzowo- drobiowego w sosie pomidorowym 100g/50ml (*1*7*9) Ziemniaki gotowane 200g Kalafior gotowany z masłem (*7) 70g Cukinia parzona 50g Kompot wieloowocowy 250ml	228 245 142 42 19 50	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno- warzywnym z lanym ciastem (*1*3*7*9) 400ml Pulpet mięsno-ryżowy z mięsa wieprzowo- drobiowego w sosie pomidorowym 100g/50ml (*1*7*9) Ziemniaki gotowane 200g Kalafior gotowany z masłem (*7) 70g Cukinia parzona 50g Kompot wieloowocowy 250ml	228 245 142 42 19 50	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno- warzywnym z ziemniakami (*1*3*7*9) 400ml Fasolka po bretońsku z mięsem wieprzowym (*1*3*7*9) 150g Ziemniaki 200g Jabłko 1szt./150g Woda 500ml	202 289 142 75 16	Zupa szpinakowa(*7*9) ziemniaki, mięso wieprzowe , mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot owocowy 250ml	625 50
Podwiek	Serek homogenizowany owocowy (*) 150g	154	Serek homogenizowany owocowy (*) 150g	154	Serek homogenizowany owocowy (*) 150g	154	Jogurt naturalny (*) 150g	90	Serek homogenizowany owocowy (*) 150g	154
Kolacja	Twaróg z koperkiem (*) 70g Połędwica sopocka wieprzowa (*6+9+10+11) 30g Rzodkiew biała tarta 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*) 20g Herbata b/c 250ml	89 45 7 261 116	Twaróg z koperkiem (*) 70g Połędwica sopocka wieprzowa (*6+9+10+11) 30g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*) 20g Herbata b/c 250ml	89 45 7 263 116	Twaróg z koperkiem (*) 70g Połędwica sopocka wieprzowa (*6+9+10+11) 30g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*) 20g Herbata b/c 250ml	89 45 7 263 116	Twaróg z koperkiem (*) 70g Połędwica sopocka wieprzowa (*6+9+10+11) 30g Rzodkiew biała tarta 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*) 20g Herbata bez cukru 250ml	89 45 7 251 116	Mięso drobiowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszką, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	511
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, połędwicą sopocką, jajkiem, sałatą i papryką (*7*1*6+9+10) 100g Sok owocowy 200ml	188 99	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, połędwicą sopocką, jajkiem, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Sok owocowy 200ml	198 99	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, połędwicą sopocką, jajkiem, sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g Sok owocowy 200ml	198 99	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, połędwicą sopocką, jajkiem, sałatą i papryką (*1*7*6+9+10) 100g Marchewka tarta z jabłkiem 120g	188 55		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2643 Białko ogółem [g]: 102,34 Tłuszcz[g]: 82,87 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 329,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 40,09 Sód [g]: 2,55		Wartość energet. [kcal] 2492 Białko ogółem [g]: 99,63 Tłuszcz[g]: 78,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 345,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]: 31,99 Sód [g]: 2,23		Wartość energet. [kcal] 2492 Białko ogółem [g]: 99,63 Tłuszcz[g]: 78,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 345,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]: 31,99 Sód [g]: 2,23		Wartość energet. [kcal] 2401 Białko ogółem [g]: 100,19 Tłuszcz[g]: 80,32 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 315,12 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]: 45,12 Sód [g]: 2,42		Wartość energet. [kcal] 2022 Białko ogółem [g] 72,45 Tłuszcz[g] 52,12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 300,34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 2,02	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

12.04.2025-21.04.2025

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, 17 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	
I śniadanie	Płatki jaglane na mleku (*7) 350ml Chleb mieszany, ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Jajko w sosie tatarskim (*7*3) 50g/30ml Szynka drobiowa (*9*10+1) 30g Papryka 50g Rukola 5g Herbata b/c 250ml	255 261 116 105 35 10 1	Płatki jaglane na mleku (*7) 350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Jajko w sosie koperkowym (*7*3) 50g/30ml Szynka drobiowa (*9*10+1) 30g Pomidor 50g Rukola 5g Herbatab/c 250ml	255 263 116 95 35 9 1	Płatki jaglane na mleku (*7) 350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Szynka drobiowa (*9*10+1) 50g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Rukola 5g Herbata b/c 250ml	255 263 116 62 40 9 1	Ser żółty (*7) 20g Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Jajko w sosie koperkowym (*7*3) 50g/30ml Szynka drobiowa (*9*10+1) 30g Pomidor 50g Rukola 5g Herbata bez cukru 250ml	70 251 116 95 35 9 1	Płatki jaglane na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml	589	
II śniadanie	Jabłko 150g	75	Mandarynka 120g	45	Mandarynka 120g	45	Jabłko 150g Pestki słonecznika (+8) 10g	75 54	Sok owocowy 200ml	99	
Obiad	Zupa jarzynowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml Potrawka z kurczaka z warzywami (*1*7+9) 100g/50g Ryż paraboliczny 200g Surówka z kapusty pekińskiej, papryki z olejem rzepakowym 70g Fasolka szparagowa gotowana 50g Kompot owocowy 250ml	242 201 260 54 18 50	Zupa jarzynowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml Potrawka z kurczaka z warzywami (*1*7+9) 100g/50g Ryż paraboliczny 200g Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 70g Szpinak gotowany 50g Kompot owocowy 250ml	242 201 260 42 18 50	Zupa jarzynowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml Potrawka z kurczaka z warzywami (*1*7+9) 100g/50g Ryż paraboliczny 200g Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 70g Szpinak gotowany 50g Kompot owocowy 250ml	242 201 260 42 18 50	Zupa jarzynowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9)400ml Potrawka z kurczaka z warzywami (*1*7+9) 100g/50g Ryż brązowy 200g Surówka z kapusty pekińskiej, papryki z olejem rzepakowym 70g Fasolka szparagowa gotowana 50g Woda 500ml	242 201 247 54 18	Zupa jarzynowa (*7,*9), ziemniaki, mięso wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml	625 50	
	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g	142	
	Kolacja	Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym z szynką wieprzową(*9) 200g Pomidor 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	178 9 261 116	Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym z szynką wieprzową(*9) 200g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	178 9 263 116	Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym z szynką wieprzową(*9) 200g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c250ml	178 9 263 116	Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym z szynką wieprzową(*9) 200g Pomidor 50g Chleb razowy (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	178 9 251 116	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	511
		Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, polędwicą drobiową, mozzarellą sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g Mus owocowy 100%/100g	203 54	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, polędwicą drobiową, mozzarellą sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Mus owocowy 100%/100g	213 54	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, polędwicą drobiową, mozzarellą sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g Mus owocowy 100%/100g	213 54	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, polędwicą drobiową, mozzarellą sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g Rzodkiew biała tałarki 100g	203 17		
		Wartość energet. [kcal] 2532 Białko ogółem [g]: 116,34 Tłuszcz[g]: 89,87 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 329,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 33,09 Sód [g]: 2,45		Wartość energet. [kcal] 2427 Białko ogółem [g]: 97,98 Tłuszcz[g]: 76,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 338,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:26,12 Sód [g]: 2,32		Wartość energet. [kcal]2411 Białko ogółem [g]: 96,04 Tłuszcz[g]: 73,02 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 337,02 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:26,12 Sód [g]: 2,32		Wartość energet. [kcal] 2376 Białko ogółem [g]:95,63 Tłuszcz[g]: 71,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 284,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:31,99 Sód [g]: 2,34		Wartość energet. [kcal]2035 Białko ogółem [g] 73,34 Tłuszcz[g] 55,32 w tym nasycone [g] 22,23 Węglowodany ogółem [g] 302,34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 2,05	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

12.04.2025-21.04.2025

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.

Wielki Piątek, 18 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	Zacierka na mleku (*1*7)350ml	258	Zacierka na mleku (*1*7)350ml	258	Zacierka na mleku (*1*7)350ml	258	Jabłko 1 szt	75	Zacierka na mleku (*7),	589
	Pasta twarogowa z pomidorami (*7) 70g	92	Pasta twarogowa z pomidorami (*7) 70g	92	Pasta twarogowa z pomidorami (*7) 70g	92	Pasta twarogowa z pomidorami (*7) 90g	145	mleko w proszku (*7),	
	Miód 15g	9	Miód 15g	40	Miód 15g	40	Pomidor 50g	9	miód, bułka pszenna (*1)	450ml
	Pomidor 50g	1	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Roszpinka 5g	1		
	Roszpinka 5g	261	Roszpinka 5g	1	Roszpinka 5g	1	Chleb razowy (*1) 100g	251		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	116	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Herbata z cukrem 250ml	
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g		Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Herbata b/c 250ml			
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml					
II śniad	Banan 150g	110	Banan 150g	110	Banan 150g	110	Pomarańcza 160g	112	Sok pomidorowy 300ml	36
							Migdały (*8) 10g	62		
Obiad	Zupa ogórkowa z ryżem na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml	265	Zupa marchwianka na wywarze mięsno-warzywnym z ryżem (*7*9)400ml	212	Zupa marchwianka na wywarze mięsno-warzywnym z ryżem (*7*9)400ml	212	Zupa ogórkowa z ryżem brązowym na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9) 400ml	256	Zupa marchwianka (*7*9) , ziemniaki, ryba na parze (*4), szpinak, mleko w proszku (*7), śmietana (*7)	625
	Ryba morszczuk panierowana i smażona z sosem po grecku (*1,*4,*3) 100g/50g	256	Ryba morszczuk parowany z koperkiem i masłem z sosem po grecku (*1,*4*3) 100g/50g	245	Ryba morszczuk parowany z koperkiem parowany i masłem z sosem po grecku (*1,*4,*3) 100g/50g	245	Ryba morszczuk parowana z koperkiem i masłem z sosem po grecku. (*1,*4,*3) 100g/50g	245		
	Surówka z kapusty kiszzonej i marchewki z olejem rzepakowym 70g	48	Cukinia gotowana z masłem (*7) 70g	32	Cukinia gotowana z masłem (*7) 70g	32	Surówka z kapusty kiszzonej i marchewki z olejem rzepakowym 100g	48	Kompot owocowy 250ml	50
	Brokuł gotowany 50g	16	Brokuł gotowany 50g	16	Brokuł gotowany 50g	16	Brokuł gotowany 50g	16		
	Ziemniaki gotowane 200g	142	Ziemniaki gotowane 200g	142	Ziemniaki gotowane 200g	142	Ziemniaki gotowane 200g	142		
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Woda 500ml			
Podwie	Kefir naturalny (*7) 200g	102	Kefir naturalny (*7) 200g	102	Kefir naturalny (*7) 200g	102	Kefir naturalny (*7) 200g	102	Kefir naturalny (*7) 200g	102
Kolacja	Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 60g	88	Pasta jajeczna z koperkiem(*3) 60g	82	Pasta z białek jaj z koperkiem (*3) 60g	62	Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 50g	78	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	545
	Ser żółty (*7)20g	70	Szynka drobiowa (*1+6+7+9) 20g	19	Szynka drobiowa (*1+6+7+9) 20g	19	Szynka drobiowa (*1+6+7+9) 20g	19		
	Ogórek 50g	6	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Ogórek 50g	6		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g	251		
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g	116		
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c250ml		Herbata b/c 250ml			
Nocny	Bułka razowa z mix roślinnym, mozzarella , sałatą i papryką (*7*1*6+9+10) 100g	191	Bułka pszenna z mix roślinnym, mozzarella ,sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	191	Bułka pszenna z mix roślinnym, mozzarella ,sałatą i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	191	Bułka razowa z mix roślinnym, mozzarella sałatą i papryką (*1*7*6+9+10) 100g	188		
	Sok owocowy 100%/200ml	99	Sok owocowy 100%/200ml	99	Sok owocowy 100%/200ml	99	300ml	50		
							Marchewka tarta z jabłkiem 100g			

WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2523 Białko ogółem [g]: 110,04 Tłuszcz[g]: 88,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 345,23 w tym cukry[g]: 46,245 Błonnik[g]:31,12 Sód [g]: 2,43	Wartość energet. [kcal] 2432 Białko ogółem [g]: 92,44 Tłuszcz[g]: 70,45 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,56 Węglowodany ogółem[g]: 330,34 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:23,35 Sód [g]: 2,21	Wartość energet. [kcal]2421 Białko ogółem [g]: 88,22 Tłuszcz[g]: 67,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 15,56 Węglowodany ogółem[g]: 329,98 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:26,12 Sód [g]: 2,20	Wartość energet. [kcal] 2305 Białko ogółem [g]:92,54 Tłuszcz[g]: 79,31 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 289,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:39,99 Sód [g]: 2,28	Wartość energet. [kcal]1988 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] 1,93

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

12.04.2025-21.04.2025

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.

Wielka Sobota, 19 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 kanapkowe(*7) 20g Pasta rybno- twarogowa z łososiem i koperkiem (*4*7) 70g Serek śmietankowy 17g/*7 Ogórek kiszony 50g Kiełki rzodkiewki 5g Herbata b/c 250ml	247 261 116 89 47 6 1	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Pasta rybno- twarogowa z łososiem i koperkiem (*4*7) 70g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Sałata 1liść/5g Herbata b/c 250ml	247 263 116 89 40 9 1	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Pasta rybno- twarogowa z łososiem i koperkiem (*4*7) 70g Dżem truskawkowy 25g Pomidor 50g Sałata 1 liść /5g Herbata b/c 250ml	247 263 116 89 40 9 1	Serek wiejski 150g *7 Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Pasta rybno- twarogowa z łososiem i koperkiem (*4*7) 70g Serek śmietankowy 17g/*7 Ogórek kiszony 50g Kiełki rzodkiewki 5g Herbata bez cukru 250ml	142 251 116 89 47 6 1	Płatki owsiane na mleku (*7+1) , mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml	589
II śniad	Gruszka 160g	85	Mus owocowy 100% bez cukru /100g	54	Mus owocowy 100% bez cukru /100g	54	Gruszka 160g Migdały (*8) 10g	85 65	Mus owocowy 100% bez cukru /100g	54
Obiad	Zupa grochowa na wywarze warzywnym z ziemniakami (*9) 400ml Pierogi ruskie z farszem twarogowo- ziemniaczanym okraszone masłem (*1*3*7) 6szt./250g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 70g Szpinak gotowany 50g Kompot owocowy 250ml	282 545 33 18 50	Zupa koperkowa na wywarze warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Pierogi ruskie z farszem twarogowo- ziemniaczanym okraszone masłem (*1*3*7) 6szt./250g Marchewka gotowana 70g Szpinak gotowany 50g Kompot owocowy 250ml	178 545 25 18 50	Zupa koperkowa na wywarze warzywnym z ziemniakami (*7*9) 400ml Pierogi ruskie z farszem twarogowo- ziemniaczanym okraszone masłem (*1*3*7) 6szt./250g Marchewka gotowana 70g Szpinak gotowany 50g Kompot owocowy 250ml	178 545 25 18 50	Zupa grochowa na wywarze warzywnym z ziemniakami (*9) 400ml Pyzy ziemniaczane z mięsem mieszanym drobiowo- wieprzowym(*1*3*7) 6szt./300g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 70g Szpinak gotowany 50g Woda 500ml	282 460 33 18	Zupa koperkowa (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowo- wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml	625 50
Podw	Jogurt owocowy (*7) 150g	125	Jogurt owocowy (*7) 150g	125	Jogurt owocowy (*7) 150g	125	Jogurt naturalny (*7) 100g	60	Jogurt owocowy (*7) 150g	125
Kolacja	Mozzarella plastry(*7)40g Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 40g Pomidor 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	76 48 9 261 116	Mozzarella plastry(*7)40g Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 40g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	76 48 9 263 116	Mozzarella plastry(*7)40g Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 40g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	76 48 9 263 116	Mozzarella plastry(*7)40g Szynka rubinowa wieprzowa (+6+9+10) 40g Pomidor 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	76 48 9 251 116	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	545
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, poledwicą wieprzowa, jajkiem,sałatą i papryką (*1*6+9+10) 100g Pomidor 100g	188 18	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwicą wieprzową,jajkiem sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Mandarynka 120g	198 45	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, poledwicą wieprzową, jajkiem sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g Mandarynka 120g	198 45	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, poledwicą wieprzową,jajkiem sałatą i papryką (*1*6+9+10) 100g Pomidor 100g	188 18		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2589 Białko ogółem [g]: 112,34 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 Sód [g]: 2,65		Wartość energet. [kcal] 2515 Białko ogółem [g]: 109,98 Tłuszcz[g]: 73,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 352,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:30,12 Sód [g]: 2,52		Wartość energet. [kcal] 2515 Białko ogółem [g]: 109,98 Tłuszcz[g]: 73,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 352,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:30,12 Sód [g]: 2,52		Wartość energet. [kcal] 2378 Białko ogółem [g]:104,98 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 Sód[g]: 2,56		Wartość energet. [kcal]2001 Białko ogółem [g] 72,45 Tłuszcz[g] 56,12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 304,11 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sód [g] 1,99	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

12.04.2025-21.04.2025

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 Wielkanocna, 20 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) 400ml	256	Płatki jęczmienne na mleku (*7+1) 400ml	256	Płatki jęczmienne na mleku (*7+1) 400ml	256	Serek wiejski (*7) 150g	142	Płatki jęczmienne na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml	589
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	251		
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116		
	Kiełbasa biała wieprzowa na ciepło pieczona (*1*6*7+9+10) 100g	269	Kiełbasa drobiowa na ciepło pieczona (*1*6+7+9+10) 100g	196	Kiełbasa drobiowa na ciepło pieczona(*1*6+7+9+10) 100g	196	Kiełbasa biała wieprzowa na ciepło pieczona (*1*6*7*9*10) 100g	269		
	Ćwikła z chrzanem 50g	22	Keczup (*10) 20g	70	Keczup (*10) 20g	20	Ćwikła z chrzanem 50g	22		
	Jajko gotowane 1szt.(*3)	70	Jajko gotowane 1szt.(*3)	9	Keczup (*10) 20g	66	Jajko gotowane 1szt.(*3)	70		
	Papryka 50g	1	Pomidor 50g	1	Twarożek naturalny (*7) 50g	9	Papryka 50g	1		
Kiełki rzodkiewki 5g	1	Liść sałaty 5g	1	Pomidor 50g	1	Kiełki rzodkiewki 5g	1			
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Liść sałaty 5g		Herbata bez cukru 250ml				
II śniadanie	Babka wielkanocna (*1*3*7+6) 70g	126	Ciasto drożdżowe(*1*3*7+6) 50g	126	Ciasto drożdżowe(*1*3*7+6) 50g	126	Mandarynka 120g	45	Sok warzywny 300ml	42
	Mandarynka 1 szt	45				Migdały (+8) 10g	62			
Obiad	Barszcz biały z jajkiem (*1*3*9*7) 400ml	263	Barszcz biały z jajkiem (*1*3*7*9) 400ml	263	Barszcz biały z białkiem jaja(*1*3*7*9) 400ml	252	Barszcz biały z jajkiem (*1*3*7*9) 400ml	263	Barszcz biały (*9) ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot owocowy 250ml	625
	Kotlet drobiowy panierowany i smażony (*1*3) 100g	311	Pierś z kurczaka gotowana z ziołami w sosie warzywnym 100g/50ml(*1*7)	235	Pierś z kurczaka gotowana z ziołami w sosie warzywnym 100g/50ml(*1*7)	235	Pierś z kurczaka gotowana z ziołami w sosie warzywnym 100g/50ml(*1*7)	235		
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142		
	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g	45	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g	45	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g	45	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 70g	44		
	Kalafior gotowany 50g	14	Kalafior gotowany 50g	14	Kalafior gotowany 50g	14	Kalafior gotowany 50g	14		
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50		
							Woda 500ml			
Podwie	Banan 120g	110	Banan 120g	110	Banan 120g	110	Sałatka ze świeżych warzyw z fetą i olejem rzepakowym (*7) 150g	76	Mus owocowy 100%/100g	54
Kolacja	Sałatka jarzynowa z jajkiem i jogurtem (*7*3*9) 100g	125	Sałatka jarzynowa z jajkiem i jogurtem (*7*3*9) 100g	125	Sałatka jarzynowa z jajkiem i jogurtem (*7*3*9) 100g	125	Sałatka jarzynowa z jajkiem i jogurtem (*7*3*9) 100g	125	Mięso drobiowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	511
	Mozzarella plastry (*7) 20g	56	Pośrednica wiśniowa wieprzowa (*6+9+10+11) 40g	56	Mozzarella plastry (*7) 20g	56	Mozzarella plastry (*7) 20g	56		
	Pośrednica wiśniowa wieprzowa (*6+9+10+11) 40g	52	Pomidor 50g	9	Pośrednica wiśniowa wieprzowa (*6+9+10+11) 40g	52	Pośrednica wiśniowa wieprzowa (*6+9+10+11) 40g	52		
	Rzodkiew biała tarta 50g	7	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Pomidor 50g	9	Rzodkiew biała tarta 50g	7		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	251		
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Herbata b/c 250ml		Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116		
	Herbata b/c 250ml				Herbata b/c 250ml		Herbata bez cukru 250ml			
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, pośrednicą wieprzową, serem żółtym sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g	217	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, pośrednicą drobiową, twarożkiem sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	194	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, pośrednicą drobiową, twarożkiem,sałatą i pomidorem (*1*6+9+10) 100g	194	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, pośrednicą wieprzową, serem żółtym sałatą i ogórkiem (*1*6+9+10) 100g	217	Papryka słupki /100g	22
	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%.100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54		

WARTOŚCI ODŻWICZ	Wartość energet. [kcal] 2731 Białko ogółem [g]: 122,26 Tłuszcz[g]: 98,04 w tym tłuszcze nasycone[g]: 30,03 Węglowodany ogółem[g]: 331,27 w tym cukry[g]: 57,64 Błonnik[g]: 34,72 Sód[g]: 2,72	Wartość energet. [kcal] 2642 Białko ogółem [g]: 105,66 Tłuszcz[g]: 87,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 332,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 30,12 Sód [g]: 2,56	Wartość energet. [kcal] 2598 Białko ogółem [g]: 102,66 Tłuszcz[g]: 85,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 332,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 30,12 Sód [g]: 2,51	Wartość energet. [kcal] 2705 Białko ogółem [g]: 118,89 Tłuszcz[g]: 96,65 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 300,82 w tym cukry[g]:47,23 Błonnik[g]: 46,09 Sód [g]:2,64	Wartość energet. [kcal]2037 Białko ogółem [g] 72,12 Tłuszcz[g]61,45 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 299,34 W tym cukry [g] 33,11 Błonnik[g] 22,45 Sód[g] 2,1
------------------	--	--	--	---	---

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSIŁEK MSWiA Poliklinika

12.04.2025-21.04.2025

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 Wielkanocny, 21 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 350ml (*7+1), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	602
	Polędwica sopocka *6+7+8+9+10 40g	45	Polędwica sopocka *6+7+8+9+10 60g	65	Polędwica sopocka *6+7+8+9+10 60g	65	Polędwica sopocka *6+7+8+9+10 60g	65	Herbata 250ml	
II śniadanie	Ser żółty (*7) 20g	70	Jajko w sosie koperkowym (*3*7) 50g/30ml	76	Serek kanapkowy śmietankowy 17g/*7	47	Jajko w sosie koperkowym (*3*7) 50g/30ml	76		
	Jajko w sosie tatarskim (*3*7) 50g/20ml	95	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9		
	Pomidor 50g	9	Roszonka 5g	1	Roszonka 5g	1	Roszonka 5g	1		
	Roszonka 5g	1	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	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	Piernik z powidłami (*1*3*7) 60g	250	Ciasto drożdżowe (*1*3*7) 50g	135	Ciasto drożdżowe (*1*3*7) 50g	135	Pomarańcza 1szt./150g Pestki słonecznika (*8) 10g	105 52	Serek wiejski (*7) 150g	142
Obiad	Rosół drobiowy z makaronem wywarze mięsno-warzywnym (*1*3*9) 400ml	189	Rosół drobiowy z makaronem na wywarze mięsno-warzywnym (*1*3*9) 400ml	189	Rosół drobiowy z makaronem na wywarze mięsno-warzywnym (*1*3*9) 400ml	189	Rosół drobiowy z makaronem razowym na wywarze mięsno-warzywnym(*9) 400ml	184	Rosół (*9), ziemniaki, mięso drobiowo-wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
	Szynka wieprzowa duszona w delikatnym sosie własnym 100g/50ml(*1*7)	302	Szynka duszona w delikatnym sosie własnym 100g/50ml(*1*7)	256	Szynka duszona w delikatnym sosie własnym 100g/50ml(*1*7)	256	Szynka duszona w delikatnym sosie własnym 100g/50ml(*1*7)	256	Kompot wieloowocowy 250ml	50
	Kluski śląskie (*1) 8szt./160g	208	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142		
	Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki z koperkiem i olejem rzepakowym 70g	56	Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7)70g	45	Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7)70g	45	Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki z koperkiem i olejem rzepakowym 70g	45		
	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	38		
Podwie	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g	142	Mus owocowy 100%/100g	54
Kolacja	Polędwica drobiowa (*6+9+10+11) 50g	56	Polędwica drobiowa (*6+9+10+11) 50g	56	Polędwica drobiowa (*6+9+10+11) 50g	56	Polędwica drobiowa (*6+9+10+11) 50g	56	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	545
	Pasta rybna z tuńczykiem, twarogiem i koperkiem (*4*7)50g	72	Pasta rybna z tuńczykiem, twarogiem i koperkiem (*4*7)50g	72	Pasta rybna z tuńczykiem, twarogiem i koperkiem (*4*7)50g	72	Pasta rybna z tuńczykiem, twarogiem i koperkiem (*4*7)50g	72		
	Ogórek kiszony 50g	6	Pomidor 50g	9	Pomidor 50g	9	Ogórek kiszony 50g	6		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	261		
	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			
Nocny	Kanapka tostowa razowa z mix roślinnym, serem żółtym, jajkiem,sałata i ogórkiem (*7*1*6+9+10) 100g	222	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, jajkiem sałata i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	213	Kanapka tostowa pszenna z mix roślinnym, mozzarellą, jajkiem sałata i pomidorem (*1*7*6+9+10) 100g	213	Kanapka razowa tostowa z mix roślinnym, serem żółtym, jajkiem, sałata i ogórkiem (*1*7*6+9+10) 100g	222		
	Banan 120g	100	Banan 120g	100	Banan 120g	100	Rzodkiew biała talarki 100g	17		

WARTOŚCI ODŻYWCZE

Wartość energet. [kcal] 2783	Wartość energet. [kcal]2368	Wartość energet. [kcal]2339	Wartość energet. [kcal] 2297	Wartość energet. [kcal]2101
Białko ogółem [g]: 121,26	Białko ogółem [g] 110,23	Białko ogółem [g] 106,23	Białko ogółem [g]: 109,34	Białko ogółem [g] 72,12
Tłuszcz[g]: 92,04	Tłuszcz[g] 78,12	Tłuszcz[g] 73,12	Tłuszcz[g]:82,59	Tłuszcz[g] 59,98
w tym tłuszcze nasycone[g]: 28,03	w tym nasycone [g] 14,234	w tym nasycone [g] 14,234	w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,04	w tym nasycone [g] 19,23
Węglowodany ogółem[g]: 341,27	Węglowodany ogółem [g] 338,08	Węglowodany ogółem [g] 338,08	Węglowodany ogółem[g]: 316,67	Węglowodany ogółem [g] 283,12
w tym cukry[g]: 57,64	W tym cukry [g] 49,98	W tym cukry [g] 49,98	w tym cukry[g]:37,34	W tym cukry [g] 33,02
Błonnik[g]: 39,72	Błonnik[g] 27,24	Błonnik[g] 27,24	Błonnik[g]:42,78	Błonnik[g] 24,11
Sód[g]: 3,76	Sód [g] 3,55	Sód [g] 3,55	Sód [g]: 3,61	Sód 3,12g