

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-01-11 Dieta: SZ. MSWiA-PODSTAWOWA		
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA OGONÓWKA WIEPRZOWA 30g, mozzarella 40g (MLE), SAŁATA 20g, PAPRYKA ŚWIEŻA 80g, KAKAO (mleko 2% tł., kakao naturalne) 250ml (MLE), KASZKA KUKURYDZIANA (mleko 2% tł., kasza kukurydziana) 300ml (MLE),	ZUPA ROSÓŁ Z MAKARONEM (mięso drobiowe, marchew, seler, por, makaron z mąki durum) 350ml (GLU, SEL), BITKI z KURCZAKA (kurczak pierś, olej, mąka pszenna) 100g (GLU), SOS PIECZENIOWY (sos własny, mąka pszenna) 100g (GLU), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g, SURÓWKA: KAPUSTA BIAŁA Z RZODKIEWKĄ I KOPERKIEM (kapusta biała, rzodkiewka, koperek, olej rzepakowy) 150g, KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml,	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g, SER TOPIONY (plastry) 40g (MLE), OGÓREK KISZONY KROJONY 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: SOK OWOCOWY PRZECIEROWY 330ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2161.83 kcal; Białko ogółem: 121.56 g; Tłuszcz: 71.01 g; Węglowodany ogółem: 262.86 g; Sól: 9.33 g; suma cukrów prostych: 70.32 g; NKT: 26.73 g; Błonnik pokarmowy: 26.54 g;		
niedziela 2026-01-11 Dieta: SZ. MSWiA-Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), WĘDLINA OGONÓWKA WIEPRZOWA 30g, SAŁATA 20g, PAPRYKA ŚWIEŻA 80g, KAKAO (mleko 2% tł., kakao naturalne) 250ml (MLE), KASZKA KUKURYDZIANA (mleko 2% tł., kasza kukurydziana) 300ml (MLE), II Śniadanie: mozzarella 40g (MLE), PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 40g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml,	ZUPA ROSÓŁ Z MAKARONEM (mięso drobiowe, marchew, seler, por, makaron z mąki durum) 350ml (GLU, SEL), BITKI z KURCZAKA (kurczak pierś, olej, mąka pszenna) 100g (GLU), SOS PIECZENIOWY (sos własny, mąka pszenna) 100g (GLU), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g, SURÓWKA: KAPUSTA BIAŁA Z RZODKIEWKĄ I KOPERKIEM (kapusta biała, rzodkiewka, koperek, olej rzepakowy) 75g, BROKUŁ GOTOWANY 75g, KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml, Podwieczorek: JOGURT NATURALNY (mleko, kultury bakterii) 1szt (MLE),	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), SER TOPIONY (plastry) 40g (MLE), WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g, OGÓREK KISZONY KROJONY 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: SOK WIELOWARZYWNY 330ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2311.62 kcal; Białko ogółem: 132.63 g; Tłuszcz: 79.72 g; Węglowodany ogółem: 282.72 g; Sól: 12.31 g; suma cukrów prostych: 77.45 g; NKT: 30.46 g; Błonnik pokarmowy: 37.42 g;		
niedziela 2026-01-11 Dieta: SZ. MSWiA-ŁATWOSTRAWNA		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA OGONÓWKA WIEPRZOWA 30g, mozzarella 40g (MLE), SAŁATA 20g, KIWI (1 szt.) 75g, KAKAO (mleko 2% tł., kakao naturalne) 250ml (MLE), KASZKA KUKURYDZIANA (mleko 2% tł., kasza kukurydziana) 300ml (MLE),	ZUPA ROSÓŁ Z MAKARONEM (mięso drobiowe, marchew, seler, por, makaron z mąki durum) 350ml (GLU, SEL), BITKI z KURCZAKA (kurczak pierś, olej, mąka pszenna) 100g (GLU), SOS PIECZENIOWY (sos własny, mąka pszenna) 100g (GLU), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g, BROKUŁ GOTOWANY 150g, KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), SER TOPIONY (plastry) 40g (MLE), WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g, POMIDOR KROJONY 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: SOK WIELOWARZYWNY 330ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2180.39 kcal; Białko ogółem: 128.64 g; Tłuszcz: 68.84 g; Węglowodany ogółem: 270.57 g; Sól: 10.25 g; suma cukrów prostych: 69.30 g; NKT: 26.76 g; Błonnik pokarmowy: 25.09 g;		
niedziela 2026-01-11 Dieta: SZ. MSWiA-ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA OGONÓWKA WIEPRZOWA 30g, mozzarella 40g (MLE), SAŁATA 20g, BANAN (1 szt.) 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, KASZKA KUKURYDZIANA (mleko 2% tł., kasza kukurydziana) 300ml (MLE),	ZUPA ROSÓŁ Z MAKARONEM (mięso drobiowe, marchew, seler, por, makaron z mąki durum) 350ml (GLU, SEL), BITKI z KURCZAKA (kurczak pierś, olej, mąka pszenna) 100g (GLU), SOS PIECZENIOWY (sos własny, mąka pszenna) 100g (GLU), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g, BROKUŁ GOTOWANY 150g, KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), MIÓD 30g, WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g, POMIDOR KROJONY 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: SOK OWOCOWY PRZECIEROWY 330ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2127.71 kcal; Białko ogółem: 112.02 g; Tłuszcz: 62.13 g; Węglowodany ogółem: 280.99 g; Sól: 7.46 g; suma cukrów prostych: 63.84 g; NKT: 23.19 g; Błonnik pokarmowy: 20.54 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-01-11		
Dieta: SZ. MSWiA-Z OGR. SUBST POBUDZ. WYDZIELANIE SOKU ŻOŁ		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA OGONÓWKA WIEPRZOWA 30g , mozzarella 40g (MLE), SAŁATA 20g , BANAN (1 szt.) 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , KASZKA KUKURYDZIANA (mleko 2% tł., kasza kukurydziana) 300ml (MLE),	ZUPA ROSÓŁ Z MAKARONEM (mięso drobiowe, marchew, seler, por, makaron z mąki durum) 350ml (GLU, SEL), BITKI z KURCZAKA (kurczak pierś, olej, mąka pszenna) 100g (GLU), SOS PIECZENIOWY (sos własny, mąka pszenna) 100g (GLU), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , BROKUŁ GOTOWANY 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g , MIÓD 30g , POMIDOR KROJONY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SOK OWOCOWY PRZECIEROWY 330ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2127.71 kcal; Białko ogółem: 112.02 g; Tłuszcz: 62.13 g; Węglowodany ogółem: 280.99 g; Sól: 7.46 g; suma cukrów prostych: 63.84 g; NKT: 23.19 g; Błonnik pokarmowy: 20.54 g;		
niedziela 2026-01-11		
Dieta: SZ. MSWiA- KONTROLOWANA ZAWARTOŚĆ KW. TŁUSZCZOWYCH		
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g , WĘDLINA OGONÓWKA WIEPRZOWA 30g , mozzarella 40g (MLE), SAŁATA 20g , PAPRYKA ŚWIEŻA 80g , KAKAO (mleko 2% tł., kakao naturalne) 250ml (MLE), KASZKA KUKURYDZIANA (mleko 2% tł., kasza kukurydziana) 300ml (MLE),	ZUPA ROSÓŁ Z MAKARONEM (mięso drobiowe, marchew, seler, por, makaron z mąki durum) 350ml (GLU, SEL), BITKI z KURCZAKA (kurczak pierś, olej, mąka pszenna) 100g (GLU), SOS PIECZENIOWY (sos własny, mąka pszenna) 100g (GLU), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , SURÓWKA: KAPUSTA BIAŁA Z RZODKIEWKĄ I KOPERKIEM (kapusta biała, rzodkiewka, koperek, olej rzepakowy) 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g , WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g , SER TOPIONY (plastry) 40g (MLE), POMIDOR KROJONY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SOK OWOCOWY PRZECIEROWY 330ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2163.01 kcal; Białko ogółem: 121.36 g; Tłuszcz: 70.38 g; Węglowodany ogółem: 265.67 g; Sól: 7.59 g; suma cukrów prostych: 73.28 g; NKT: 10.34 g; Błonnik pokarmowy: 27.38 g;		
niedziela 2026-01-11		
Dieta: SZ. MSWiA- PAKOWATA (PRZETARTA)		
Pieczycwo pszenne bez skórki 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA OGONÓWKA WIEPRZOWA mielona 30g , mozzarella 40g (MLE), KIWI miksovane 80g , KAKAO (mleko 2% tł., kakao naturalne) 250ml (MLE), KASZA KUKURYDZIANA miksovana 300ml (MLE),	miksowany ROSÓŁ Z MAKARONEM 350ml (GLU, SEL), zmielone BITKI z KURCZAKA (kurczak pierś, olej, mąka pszenna) 100g (GLU), SOS PIECZENIOWY (sos własny, mąka pszenna) 100g (GLU), ZIEMNIAKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g (MLE), BROKUŁ GOTOWANY MIKSOWANY 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	Pieczycwo pszenne bez skórki 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), Wędlina drobiowa mielona 30g , SER TOPIONY (plastry) 40g (MLE), POMIDOR MIKSOWANY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SOK OWOCOWY PRZECIEROWY 330ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2224.76 kcal; Białko ogółem: 124.65 g; Tłuszcz: 73.86 g; Węglowodany ogółem: 266.41 g; Sól: 7.85 g; suma cukrów prostych: 70.39 g; NKT: 30.11 g; Błonnik pokarmowy: 21.03 g;		
niedziela 2026-01-11		
Dieta: SZ. MSWiA- PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ		
płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , II Śniadanie: płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Podwieczorek: płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ Z KURCZAKA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2080.60 kcal; Białko ogółem: 140.94 g; Tłuszcz: 124.79 g; Węglowodany ogółem: 94.42 g; Sól: 0.86 g; suma cukrów prostych: 6.77 g; NKT: 8.67 g; Błonnik pokarmowy: 7.50 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-01-11		
Dieta: SZ. MSWiA- OGR WĘGL (PRZETARTA)		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 60g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), WĘDLINA OGONÓWKA WIEPRZOWA mielona 30g , KIWI mikсовane 80g , KAKAO (mleko 2% tł., kakao naturalne) 250ml (MLE), KASZA KUKURYDZIANA mikсовana 300ml (MLE), II Śniadanie: mozzarella 40g (MLE), PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 30g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	miksowany ROSÓŁ Z MAKARONEM 350ml (GLU, SEL), zmielone BITKI z KURCZAKA (kurczak pierś, olej, mąka pszenna) 100g (GLU), SOS PIECZENIOWY (sos własny, mąka pszenna) 100g (GLU), ZIEMNIAKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g (MLE), BROKUŁ GOTOWANY MIKSOWANY 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Podwieczorek: JOGURT NATURALNY (mleko, kultury bakterii) 1szt (MLE),	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), SER TOPIONY (plastry) 40g (MLE), Wędlina drobiowa mielona 30g , POMIDOR MIKSOWANY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SOK WIELOWARZYWNY 330ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2349.20 kcal; Białko ogółem: 131.67 g; Tłuszcz: 84.08 g; Węglowodany ogółem: 283.12 g; Sól: 10.60 g; suma cukrów prostych: 81.91 g; NKT: 33.87 g; Błonnik pokarmowy: 37.18 g;		
niedziela 2026-01-11		
Dieta: SZ. MSWiA- ŁATWOSTR. BEZMLECZNA		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g , WĘDLINA OGONÓWKA WIEPRZOWA 30g , GOTOWANA PIERŚ Z KURCZAKA 50g , SAŁATA 20g , KIWI (1 szt.) 75g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , OWSIANKA BEZMLECZNA (napój owsiany, płatki owsiane) 300ml (GLU),	ZUPA ROSÓŁ Z MAKARONEM (mięso drobiowe, marchew, seler, por, makaron z mąki durum) 350ml (GLU, SEL), BITKI z KURCZAKA (kurczak pierś, olej, mąka pszenna) 100g (GLU), SOS PIECZENIOWY (sos własny, mąka pszenna) 100g (GLU), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , BROKUŁ GOTOWANY 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g , PASZTET SOJOWY (woda, olej rzepakowy, białko sojowe, cebula, skrobia kukurydziana, konc. pomid., gorczyca, sól) 40g (SOJ), WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g , POMIDOR KROJONY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SOK OWOCOWY PRZECIEROWY 330ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2137.00 kcal; Białko ogółem: 122.35 g; Tłuszcz: 65.54 g; Węglowodany ogółem: 262.69 g; Sól: 7.40 g; suma cukrów prostych: 46.05 g; NKT: 4.51 g; Błonnik pokarmowy: 21.09 g;		
poniedziałek 2026-01-12		
Dieta: SZ. MSWiA-PODSTAWOWA		
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA wędzona 30g , PASTA Z WĘDZONEJ MAKRELI 40g (RYB, MLE), KIEŁKI 20g , JABŁKO (1 szt.) 150g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), OWSIANKA (mleko 2% tł., płatki owsiane) 300ml (GLU, MLE),	ZUPA JARZYNOWA JARSKA, Z ZIEMNIAKAMI (groszek, seler, pietruszka, marchew, por, ziemniaki, mąka pszenna) 350ml (GLU), ROLADKA SCHABOWA Z PIECZARKAMI (schab, pieczarki) 120g , SOS WŁASNY 100g (GLU), KASZA JĘCZMIENNA 250g (GLU), SAŁATA Z JOGURTEM I KOPERKIEM 150g (MLE), KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SUCHA WIEPRZOWA 30g , TWARÓG Z JOGURTEM (twaróg półtłusty, jogurt naturalny) 40g (MLE), SAŁATKA Z BURAKA NA RUKOLI (rukola, burak, słonecznik, ser fawita) 100g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: WAFLE ORKISZOWE 35g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2438.13 kcal; Białko ogółem: 113.25 g; Tłuszcz: 79.41 g; Węglowodany ogółem: 331.09 g; Sól: 6.64 g; suma cukrów prostych: 61.13 g; NKT: 34.03 g; Błonnik pokarmowy: 34.33 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-01-12 Dieta: SZ. MSWiA-Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), PASTA Z WĘDZONEJ MAKRELI 40g (RYB, MLE), KIEŁKI 20g , JABŁKO (1 szt.) 150g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), OWSIANKA (mleko 2% tł., płatki owsiane) 300ml (GLU, MLE), II Śniadanie: PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g (GLU), WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g , MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	ZUPA JARZYNOWA JARSKA, Z ZIEMNIAKAMI (groszek, seler, pietruszka, marchew, por, ziemniaki, mąka pszenna) 350ml (GLU), ROLADKA SCHABOWA Z PIECZARKAMI (schab, pieczarki) 120g , KASZA JĘCZMIENNA 250g (GLU), SOS WŁASNY 100g (GLU), SAŁATA Z JOGURTEM I KOPERKIEM 75g (MLE), MARCHEW GOTOWANA 75g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Podwieczorek: BUDYŃ CZEKOLADOWY bez dodatku cukru 200g (MLE),	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SUCHA WIEPRZOWA 30g , TWARÓG Z JOGURTEM (twaróg półtłusty, jogurt naturalny) 40g (MLE), SAŁATKA Z BURAKA NA RUKOLI (rukola, burak, słonecznik, ser fawita) 100g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: WAFLE ORKISZOWE 35g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2591.71 kcal; Białko ogółem: 116.71 g; Tłuszcz: 86.15 g; Węglowodany ogółem: 355.17 g; Sól: 6.26 g; suma cukrów prostych: 78.86 g; NKT: 38.05 g; Błonnik pokarmowy: 42.24 g;		
poniedziałek 2026-01-12 Dieta: SZ. MSWiA-ŁATWOSTRAWNA		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA wędzona 30g , PASTA Z GOTOWANEJ RYBY Z WARZYWAMI (ryba, seler, marchew) 40g (RYB, SEL), KIEŁKI 20g , JABŁKO (1 szt.) 150g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), OWSIANKA (mleko 2% tł., płatki owsiane) 300ml (GLU, MLE),	ZUPA JARZYNOWA JARSKA, Z ZIEMNIAKAMI (groszek, seler, pietruszka, marchew, por, ziemniaki, mąka pszenna) 350ml (GLU), ROLADKA SCHABOWA Z PIECZARKAMI (schab, pieczarki) 120g , SOS WŁASNY 100g (GLU), KASZA JĘCZMIENNA 250g (GLU), SAŁATA Z JOGURTEM I KOPERKIEM 150g (MLE), KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), TWARÓG Z JOGURTEM (twaróg półtłusty, jogurt naturalny) 40g (MLE), WĘDLINA SUCHA WIEPRZOWA 30g , SAŁATKA Z BURAKA NA RUKOLI (rukola, burak, słonecznik, ser fawita) 100g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: WAFLE ORKISZOWE 35g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2430.45 kcal; Białko ogółem: 115.95 g; Tłuszcz: 76.36 g; Węglowodany ogółem: 330.73 g; Sól: 6.18 g; suma cukrów prostych: 59.53 g; NKT: 33.25 g; Błonnik pokarmowy: 28.79 g;		
poniedziałek 2026-01-12 Dieta: SZ. MSWiA-ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA wędzona 30g , PASTA Z GOTOWANEJ RYBY Z WARZYWAMI (ryba, seler, marchew) 40g (RYB, SEL), KIEŁKI 20g , MUS JABŁKOWY (jabłka, sok z cytryny) 100g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), OWSIANKA (mleko 2% tł., płatki owsiane) 300ml (GLU, MLE),	ZUPA JARZYNOWA JARSKA, Z ZIEMNIAKAMI (groszek, seler, pietruszka, marchew, por, ziemniaki, mąka pszenna) 350ml (GLU), ROLADKA SCHABOWA Z PIECZARKAMI (schab, pieczarki) 120g , SOS WŁASNY 100g (GLU), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , SAŁATA Z JOGURTEM I KOPERKIEM 150g (MLE), KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), TWARÓG Z JOGURTEM (twaróg półtłusty, jogurt naturalny) 40g (MLE), WĘDLINA SUCHA WIEPRZOWA 30g , BURAKI puree 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: WAFLE ORKISZOWE 35g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2262.94 kcal; Białko ogółem: 107.18 g; Tłuszcz: 68.12 g; Węglowodany ogółem: 313.84 g; Sól: 5.61 g; suma cukrów prostych: 78.24 g; NKT: 29.58 g; Błonnik pokarmowy: 22.92 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-01-12 Dieta: SZ. MSWiA-Z OGR. SUBST POBUDZ. WYDZIELANIE SOKU ŻOŁ		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA wędzona 30g , PASTA Z GOTOWANEJ RYBY Z WARZYWAMI (ryba, seler, marchew) 40g (RYB, SEL), KIEŁKI 20g , MUS JABŁKOWY (jabłka, sok z cytryny) 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , OWSIANKA (mleko 2% tł., płatki owsiane) 300ml (GLU, MLE),	ZUPA JARZYNOWA JARSKA, Z ZIEMNIAKAMI (groszek, seler, pietruszka, marchew, por, ziemniaki, mąka pszenna) 350ml (GLU), ROLADKA SCHABOWA Z PIECZARKAMI (schab, pieczarki) 120g , ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , SOS WŁASNY 100g (GLU), SAŁATA Z JOGURTEM I KOPERKIEM 150g (MLE), KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), TWARÓG Z JOGURTEM (twaróg półtłusty, jogurt naturalny) 40g (MLE), WĘDLINA SUCHA WIEPRZOWA 30g , BURAKI puree 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: WAFLE ORKISZOWE 35g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2231.07 kcal; Białko ogółem: 105.06 g; Tłuszcz: 66.87 g; Węglowodany ogółem: 310.77 g; Sól: 5.54 g; suma cukrów prostych: 75.17 g; NKT: 28.83 g; Błonnik pokarmowy: 22.92 g;		
poniedziałek 2026-01-12 Dieta: SZ. MSWiA- KONTROLOWANA ZAWARTOŚĆ KW. TŁUSZCZOWYCH		
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g , WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA wędzona 30g , PASTA Z GOTOWANEJ RYBY Z WARZYWAMI (ryba, seler, marchew) 40g (RYB, SEL), KIEŁKI 20g , JABŁKO (1 szt.) 150g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), OWSIANKA (mleko 2% tł., płatki owsiane) 300ml (GLU, MLE),	ZUPA JARZYNOWA JARSKA, Z ZIEMNIAKAMI (groszek, seler, pietruszka, marchew, por, ziemniaki, mąka pszenna) 350ml (GLU), ROLADKA SCHABOWA Z PIECZARKAMI (schab, pieczarki) 120g , KASZA JĘCZMIENNA 250g (GLU), SAŁATA Z JOGURTEM I KOPERKIEM 150g (MLE), KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g , WĘDLINA SUCHA WIEPRZOWA 30g , TWARÓG Z JOGURTEM (twaróg półtłusty, jogurt naturalny) 40g (MLE), SAŁATKA Z BURAKA NA RUKOLI (rukola, burak, słonecznik, ser fawita) 100g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: WAFLE ORKISZOWE 35g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2336.45 kcal; Białko ogółem: 111.30 g; Tłuszcz: 75.65 g; Węglowodany ogółem: 316.43 g; Sól: 6.05 g; suma cukrów prostych: 61.95 g; NKT: 16.74 g; Błonnik pokarmowy: 34.56 g;		
poniedziałek 2026-01-12 Dieta: SZ. MSWiA- PAKOWATA (PRZETARTA)		
Pieczycwo pszenne bez skórki 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), Wędlina wieprzowa mielona 30g , PASTA Z GOTOWANEJ RYBY Z WARZYWAMI (ryba, seler, marchew) 40g (RYB, SEL), MUS JABŁKOWY (jabłka, sok z cytryny) 100g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), OWSIANKA miksowana 300ml (GLU, MLE),	miksowana ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI 350ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 100g , ZIEMNIAKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g (MLE), MARCHEW PUREE 150g , SOS WŁASNY 100g (GLU), KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	Pieczycwo pszenne bez skórki 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), TWARÓG Z JOGURTEM (twaróg półtłusty, jogurt naturalny) 40g (MLE), Wędlina wieprzowa mielona 30g , BURAKI puree 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY 330ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2088.25 kcal; Białko ogółem: 106.49 g; Tłuszcz: 60.61 g; Węglowodany ogółem: 289.46 g; Sól: 6.55 g; suma cukrów prostych: 90.58 g; NKT: 26.65 g; Błonnik pokarmowy: 25.46 g;		
poniedziałek 2026-01-12 Dieta: SZ. MSWiA- PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ		
płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , II Śniadanie: płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Podwieczorek: płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ Z KURCZAKA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2080.60 kcal; Białko ogółem: 140.94 g; Tłuszcz: 124.79 g; Węglowodany ogółem: 94.42 g; Sól: 0.86 g; suma cukrów prostych: 6.77 g; NKT: 8.67 g; Błonnik pokarmowy: 7.50 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-01-12 Dieta: SZ. MSWiA- OGR WĘGL (PRZETARTA)		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 60g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), PASTA Z WĘDZONEJ MAKRELI 40g (RYB, MLE), MUS JABŁKOWY (jabłka, sok z cytryny) 100g, KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), OWSIANKA miksowana 300ml (GLU, MLE), II Śniadanie: PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 30g (GLU), Wędlina drobiowa mielona 30g, MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml,	miksowana ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI 350ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 100g, ZIEMNIAKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g (MLE), SOS WŁASNY 100g (GLU), MARCHEW PUREE 150g, KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml, Podwieczorek: BUDYŃ CZEKOLADOWY bez dodatku cukru 200g (MLE),	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), Wędlina wieprzowa mielona 30g, TWARÓG Z JOGURTEM (twaróg półtłusty, jogurt naturalny) 40g (MLE), BURAKI puree 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY 330ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2260.10 kcal; Białko ogółem: 108.81 g; Tłuszcz: 71.82 g; Węglowodany ogółem: 310.63 g; Sól: 7.30 g; suma cukrów prostych: 107.37 g; NKT: 31.92 g; Błonnik pokarmowy: 36.81 g;		
poniedziałek 2026-01-12 Dieta: SZ. MSWiA- ŁATWOSTR. BEZMLECZNA		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g, WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA wędzona 30g, PASTA Z GOTOWANEJ RYBY Z WARZYWAMI (ryba, seler, marchew) 40g (RYB, SEL), KIEŁKI 20g, JABŁKO (1 szt.) 150g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, OWSIANKA BEZMLECZNA (napój owsiany, płatki owsiane) 300ml (GLU),	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM JARSKA, BEZGLUTENOWA (seler, pietruszka, marchew, konc. pomid., ryż) 350ml (SEL), ROLADKA SCHABOWA Z PIECZARKAMI (schab, pieczarki) 120g, KASZA JĘCZMIENNA 250g (GLU), SAŁATA Z KOPERKIEM I OLEJEM (sałata, olej, koper) 150g, SOS WŁASNY 100g (GLU), KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g, DŻEM WIŚNIOWY NISKOSŁODZONY (wiśnie 40%, cukier, woda, pektyny, guma guar) 30g, WĘDLINA SUCHA WIEPRZOWA 30g, SAŁATKA Z BURAKA NA RUKOLI BEZML. 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: WAFLE ORKISZOWE 35g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2347.10 kcal; Białko ogółem: 93.31 g; Tłuszcz: 83.59 g; Węglowodany ogółem: 316.77 g; Sól: 4.74 g; suma cukrów prostych: 46.35 g; NKT: 9.95 g; Błonnik pokarmowy: 25.68 g;		
wtorek 2026-01-13 Dieta: SZ. MSWiA-PODSTAWOWA		
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA SUROWA 30g, SEREK KANAPKOWY TWAROGOWY (ser twarogowy, sól) 40g (MLE), RZODKIEWKA 80g, ROSZPONKA 20g, KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), PŁATKI ŻYTNIE (mleko 2%, płatki żytnie) 300ml (MLE),	ZUPA NEAPOLITAŃSKA (marchew, seler, pietruszka, serek topiony, makaron-pszemica durum, m. pszenna, masło) 350ml (MLE, SEL), KOTLET Z KURY PANIEROWANY (fiet z kurczaka, jaja, bułka tarta, olej rzepakowy) 110g (GLU, JAJ, MLE), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g, SURÓWKA: SELER Z MARCHEWKĄ I JABŁKIEM (seler, marchew, jabłko, olej rzepakowy, pietruszka natka) 150g (SEL), KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml,	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), JAJKO GOTOWANE 1szt (JAJ), WĘDLINA Z INDYKA 30g, POMIDOR KROJONY 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: PRZEKĄSKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2635.48 kcal; Białko ogółem: 116.49 g; Tłuszcz: 144.86 g; Węglowodany ogółem: 227.39 g; Sól: 13.51 g; suma cukrów prostych: 54.48 g; NKT: 63.70 g; Błonnik pokarmowy: 28.90 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-01-13 Dieta: SZ. MSWiA-Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA SUROWA 30g , RZODKIEWKA 80g , ROSZPONKA 20g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), PŁATKI ŻYTNIE (mleko 2%, płatki żytnie) 300ml (MLE), II Śniadanie: PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g (GLU), SEREK KANAPKOWY TWAROGOWY (ser twarogowy, sól) 40g (MLE), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	ZUPA NEAPOLITAŃSKA (marchew, seler, pietruszka, serek topiony, makaron-pszenica durum, m. pszenica, masło) 350ml (MLE, SEL), KOTLET Z KURY PANIEROWANY (fiet z kurczaka, jaja, bułka tarta, olej rzepakowy) 110g (GLU, JAJ, MLE), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , SURÓWKA: SELER Z MARCHEWKĄ I JABŁKIEM (seler, marchew, jabłko, olej rzepakowy, pietruszka natka) 75g (SEL), FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA 75g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Podwieczorek: KOKTAJL OWOCY LEŚNE (maliny, czarne porzeczki, maślanka- mleko, kultury bakterii) 200g (MLE),	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA Z INDYKA 30g , JAJKO GOTOWANE 1szt (JAJ), POMIDOR KROJONY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: PRZEKAŚKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2751.38 kcal; Białko ogółem: 122.67 g; Tłuszcz: 146.08 g; Węglowodany ogółem: 250.15 g; Sól: 13.77 g; suma cukrów prostych: 76.43 g; NKT: 67.63 g; Błonnik pokarmowy: 33.81 g;		
wtorek 2026-01-13 Dieta: SZ. MSWiA-ŁATWOSTRAWNA		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA SUROWA 30g , SEREK KANAPKOWY TWAROGOWY (ser twarogowy, sól) 40g (MLE), ROSZPONKA 20g , POMARAŃCZA (1/2 szt.) 120g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), PŁATKI ŻYTNIE (mleko 2%, płatki żytnie) 300ml (MLE),	ZUPA NEAPOLITAŃSKA (marchew, seler, pietruszka, serek topiony, makaron-pszenica durum, m. pszenica, masło) 350ml (MLE, SEL), FILET DROBIOWY DUSZONY 100g , SOS KOPERKOWY 100g (JAJ), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , SURÓWKA: SELER Z MARCHEWKĄ I JABŁKIEM (seler, marchew, jabłko, olej rzepakowy, pietruszka natka) 150g (SEL), KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), JAJKO GOTOWANE 1szt (JAJ), WĘDLINA Z INDYKA 30g , POMIDOR KROJONY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: PRZEKAŚKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2695.59 kcal; Białko ogółem: 129.68 g; Tłuszcz: 144.07 g; Węglowodany ogółem: 226.68 g; Sól: 12.78 g; suma cukrów prostych: 56.97 g; NKT: 63.88 g; Błonnik pokarmowy: 21.74 g;		
wtorek 2026-01-13 Dieta: SZ. MSWiA-ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA SUROWA 30g , SEREK KANAPKOWY TWAROGOWY (ser twarogowy, sól) 40g (MLE), ROSZPONKA 20g , SOK POMARAŃCZOWY 200ml , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 200ml (GLU, MLE), PŁATKI ŻYTNIE (mleko 2%, płatki żytnie) 300ml (MLE),	ZUPA NEAPOLITAŃSKA bezmł (marchew, seler, pietruszka, makaron-pszenica durum, m. pszenica) 350ml (GLU, SEL), FILET DROBIOWY DUSZONY 100g , SOS KOPERKOWY 100g (JAJ), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), PASTA Z BIAŁKA JAJ Z KOPERKIEM (białko jaja, jogurt nat.-mleko, kultury bakterii, koperek) 40g (JAJ, MLE), WĘDLINA Z INDYKA 30g , POMIDOR KROJONY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: PRZEKAŚKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2180.78 kcal; Białko ogółem: 107.36 g; Tłuszcz: 86.07 g; Węglowodany ogółem: 244.22 g; Sól: 5.76 g; suma cukrów prostych: 58.99 g; NKT: 36.57 g; Błonnik pokarmowy: 19.89 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-01-13 Dieta: SZ. MSWiA-Z OGR. SUBST POBUDZ. WYDZIELANIE SOKU ŻOŁ		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA SUROWA 30g, SEREK KANAPKOWY TWAROGOWY (ser twarogowy, sól) 40g (MLE), ROSZPONKA 20g, SOK POMARAŃCZOWY 200ml, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, PŁATKI ŻYTNIE (mleko 2%, płatki żytnie) 300ml (MLE),	ZUPA NEAPOLITAŃSKA bezmł (marchew, seler, pietruszka, makaron-pszenica durum, m. pszenna) 350ml (GLU, SEL), FILET DROBIOWY DUSZONY 100g, SOS KOPERKOWY 100g (JAJ), ZIEMNIANKI GOTOWANE 250g, FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA 150g, KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), PASTA Z BIAŁKA JAJ Z KOPERKIEM (białko jaja, jogurt nat.-mleko, kultury bakterii, koperek) 40g (JAJ, MLE), WĘDLINA Z INDYKA 30g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, POMIDOR KROJONY 100g, Posiłek nocny: PRZEKAŚKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2155.28 kcal; Białko ogółem: 105.66 g; Tłuszcz: 85.07 g; Węglowodany ogółem: 241.77 g; Sól: 5.70 g; suma cukrów prostych: 56.54 g; NKT: 35.97 g; Błonnik pokarmowy: 19.89 g;		
wtorek 2026-01-13 Dieta: SZ. MSWiA- KONTROLOWANA ZAWARTOŚĆ KW. TŁUSZCZOWYCH		
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g, WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA SUROWA 30g, SEREK KANAPKOWY TWAROGOWY (ser twarogowy, sól) 40g (MLE), RZODKIEWKA 80g, ROSZPONKA 20g, KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), PŁATKI ŻYTNIE (mleko 2%, płatki żytnie) 300ml (MLE),	ZUPA NEAPOLITAŃSKA (marchew, seler, pietruszka, serek topiony, makaron-pszenica durum, m. pszenna, masło) 350ml (MLE, SEL), FILET DROBIOWY DUSZONY 100g, ZIEMNIANKI GOTOWANE 250g, SOS KOPERKOWY 100g (JAJ), SURÓWKA: SELER Z MARCHEWKĄ I JABŁKIEM (seler, marchew, jabłko, olej rzepakowy, pietruszka natka) 150g (SEL), KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml,	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g, JAJKO GOTOWANE 1szt (JAJ), WĘDLINA Z INDYKA 30g, POMIDOR KROJONY 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: PRZEKAŚKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2644.90 kcal; Białko ogółem: 127.19 g; Tłuszcz: 143.67 g; Węglowodany ogółem: 220.92 g; Sól: 12.67 g; suma cukrów prostych: 53.49 g; NKT: 47.46 g; Błonnik pokarmowy: 28.41 g;		
wtorek 2026-01-13 Dieta: SZ. MSWiA- PAKOWATA (PRZETARTA)		
Pieczycwo pszenne bez skórki 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), SEREK KANAPKOWY TWAROGOWY (ser twarogowy, sól) 40g (MLE), Wędlina wieprzowa mielona 30g, SOK POMARAŃCZOWY 200ml, KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 200ml (GLU, MLE), PŁATKI ŻYTNIE miksowane 300ml (MLE),	miksowana ZUPA NEAPOLITAŃSKA (marchew, seler, pietruszka, serek topiony, makaron-pszenica durum, m. pszenna, masło) 350ml (GLU, MLE, SEL), GOTOWANA WIEPRZOWINA miksowana 100g, SOS KOPERKOWY 100g (JAJ), ZIEMNIANKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g (MLE), FASOLKA SZPARAGOWA GOT/ MIKSOWANA 150g, KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml,	Pieczycwo pszenne bez skórki 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), PASTA Z BIAŁKA JAJ Z KOPERKIEM (białko jaja, jogurt nat.-mleko, kultury bakterii, koperek) 40g (JAJ, MLE), WĘDLINA Z INDYKA mielona 30g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, POMIDOR MIKSOWANY 100g, Posiłek nocny: PRZEKAŚKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1991.69 kcal; Białko ogółem: 94.34 g; Tłuszcz: 73.46 g; Węglowodany ogółem: 240.19 g; Sól: 8.17 g; suma cukrów prostych: 58.46 g; NKT: 41.62 g; Błonnik pokarmowy: 18.40 g;		
wtorek 2026-01-13 Dieta: SZ. MSWiA- PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ		
płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, II Śniadanie: płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml,	płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Podwieczorek: płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml,	płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ Z KURCZAKA 50g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2080.60 kcal; Białko ogółem: 140.94 g; Tłuszcz: 124.79 g; Węglowodany ogółem: 94.42 g; Sól: 0.86 g; suma cukrów prostych: 6.77 g; NKT: 8.67 g; Błonnik pokarmowy: 7.50 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-01-13		
Dieta: SZ. MSWiA- OGR WĘGL (PRZETARTA)		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 60g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), Wędlina wieprzowa mielona 30g , SOK POMARAŃCZOWY 200ml , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), PŁATKI ŻYTNIĘ miksowane 300ml (MLE), II Śniadanie: PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 30g (GLU), SEREK KANAPKOWY TWAROGOWY (ser twarogowy, sól) 40g (MLE), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	ZUPA NEAPOLITAŃSKA (marchew, seler, pietruszka, serek topiony, makaron-pszenica durum, m. pszena, masło) 350ml (MLE, SEL), GOTOWANA WIEPRZOWINA miksowana 100g , ZIEMNIANKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g (MLE), SOS KOPERKOWY 100g (JAJ), FASOLKA SZPARAGOWA GOT/ MIKSOWANA 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Podwieczorek: KOKTAJL OWOCE LEŚNE (maliny, czarne porzeczki, maślanka- mleko, kultury bakterii) 200g (MLE),	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA Z INDYKA mielona 30g , PASTA Z BIAŁKA JAJ Z KOPERKIEM (białko jaja, jogurt nat.-mleko, kultury bakterii, koperek) 40g (JAJ, MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml , POMIDOR MIKSOWANY 100g , Posiłek nocny: PRZEKAŚKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2526.18 kcal; Białko ogółem: 115.83 g; Tłuszcz: 121.29 g; Węglowodany ogółem: 249.86 g; Sól: 14.98 g; suma cukrów prostych: 85.82 g; NKT: 70.02 g; Błonnik pokarmowy: 28.79 g;		
wtorek 2026-01-13		
Dieta: SZ. MSWiA- ŁATWOSTR. BEZMLECZNA		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g , MIÓD 30g , WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA SUROWA 30g , ROSZPONKA 20g , POMARAŃCZA (1/2 szt.) 120g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , PŁATKI ŻYTNIĘ bezml. (napój sojowy, płatki żytnie) 300ml (SOJ),	ZUPA NEAPOLITAŃSKA bezml (marchew, seler, pietruszka, makaron-pszenica durum, m. pszena) 350ml (GLU, SEL), FILET DROBIOWY DUSZONY 100g , SOS KOPERKOWY NIEZABIELANY 100g (GLU), ZIEMNIANKI GOTOWANE 250g , SURÓWKA: SELER Z MARCHEWKĄ I JABŁKIEM (seler, marchew, jabłko, olej rzepakowy, pietruszka natka) 150g (SEL), KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g , JAJKO GOTOWANE 1szt (JAJ), WĘDLINA Z INDYKA 30g , POMIDOR KROJONY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: PRZEKAŚKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g , CHRUPKI KUKURYDZIANE 15g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2193.88 kcal; Białko ogółem: 104.32 g; Tłuszcz: 81.15 g; Węglowodany ogółem: 269.09 g; Sól: 5.12 g; suma cukrów prostych: 38.85 g; NKT: 7.17 g; Błonnik pokarmowy: 25.68 g;		
środa 2026-01-14		
Dieta: SZ. MSWiA-PODSTAWOWA		
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g , SER ŻÓŁTY 25g (MLE), SZPINAK ŚWIEŻY 20g , MUS WIELOWARZYWNY 100g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), KASZA JAGLANA (MLEKO 2% tł., kasza jaglana) 300ml (MLE),	ZUPA BROKUŁOWA JARSKA (brokuł, marchew, seler, pietruszka, ziemniaki) 350ml (SEL), KLUSKI ZIEMNIACZANE Z OKRASĄ (ziemniaki, jaja, mąka pszenna, mąka ziemn., cebula, boczek wędzony, olej rzepakowy) 300g (GLU, JAJ), KAPUSTA KISZONA GOTOWANA 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA Z WARZYWAMI 30g , SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 40g , PAPRYKA ŚWIEŻA 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: JOGURT OWOCOWY (mleko, kultury bakterii, owoce) 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2163.28 kcal; Białko ogółem: 68.91 g; Tłuszcz: 92.86 g; Węglowodany ogółem: 274.30 g; Sól: 9.99 g; suma cukrów prostych: 47.38 g; NKT: 35.82 g; Błonnik pokarmowy: 26.70 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-01-14 Dieta: SZ. MSWiA-Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), SER ŻÓŁTY 25g (MLE), OGÓREK KONSERWOWY 80g , SZPINAK ŚWIEŻY 20g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), KASZA JAGLANA (MLEKO 2% tł., kasza jaglana) 300ml (MLE), II Śniadanie: PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g (GLU), WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g , MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	ZUPA BROKUŁOWA JARSKA (brokuł, marchew, seler, pietruszka, ziemniaki) 350ml (SEL), KLUSKI ZIEMIACZANE Z OKRASĄ (ziemniaki, jaja, mąka pszenna, mąka ziemn., cebula, boczek wędzony, olej rzepakowy) 300g (GLU, JAJ), KAPUSTA KISZONA GOTOWANA 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Podwieczorek: SOK WIELOWARZYWNY 200ml ,	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA Z WARZYWAMI 30g , SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 40g , PAPRYKA ŚWIEŻA 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY (mleko, kultury bakterii) 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2235.92 kcal; Białko ogółem: 71.91 g; Tłuszcz: 100.22 g; Węglowodany ogółem: 280.10 g; Sól: 12.43 g; suma cukrów prostych: 62.05 g; NKT: 38.65 g; Błonnik pokarmowy: 33.13 g;		
środa 2026-01-14 Dieta: SZ. MSWiA-ŁATWOSTRAWNA		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g , SEREK TOPIONY 40g (MLE), SZPINAK ŚWIEŻY 20g , MUS WIELOWARZYWNY 100g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), KASZA JAGLANA (MLEKO 2% tł., kasza jaglana) 300ml (MLE),	ZUPA BROKUŁOWA JARSKA (brokuł, marchew, seler, pietruszka, ziemniaki) 350ml (SEL), MIELONE DROBIOWE Z SOSEM POMIDOROWYM (filet kurczak, pomidory, olej, mąka pszenna) 150g (GLU), MAKARON PENNE (pszenica durum) 250g (GLU), SAŁATKA GRECKA (sałata, ser sałatkowy, pomidor, ogórek, oliwa, pieprz, zioła suszone) 150g (MLE), KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA Z WARZYWAMI 30g , SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 40g , PASTA Z BIAŁYCH WARZYW 100g (SEL), HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: JOGURT OWOCOWY (mleko, kultury bakterii, owoce) 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2340.45 kcal; Białko ogółem: 118.56 g; Tłuszcz: 90.09 g; Węglowodany ogółem: 277.13 g; Sól: 9.64 g; suma cukrów prostych: 48.00 g; NKT: 36.12 g; Błonnik pokarmowy: 18.74 g;		
środa 2026-01-14 Dieta: SZ. MSWiA-ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g , TWARÓG 40g (MLE), SZPINAK ŚWIEŻY 20g , JABŁKO PIECZONE 150g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), KASZA JAGLANA (MLEKO 2% tł., kasza jaglana) 300ml (MLE),	ZUPA BROKUŁOWA JARSKA (brokuł, marchew, seler, pietruszka, ziemniaki) 350ml (SEL), FILET DROBIOWY SAUTE (filet z kurczaka, olej) 100g , MAKARON PENNE (pszenica durum) 250g (GLU), CUKINIA DUSZONA 150g , SOS CYTRYNOWY 100ml (GLU, MLE), KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA Z WARZYWAMI 30g , DŻEM BRZOSKWINIOWY NISKOSŁODZONY (brzoskwinie 44%, cukier, woda, pektyny, guma guar) 30g , PASTA Z BIAŁYCH WARZYW 100g (SEL), HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: JOGURT OWOCOWY (mleko, kultury bakterii, owoce) 1szt (MLE), JOGURT OWOCOWY (mleko, kultury bakterii, owoce) 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2191.24 kcal; Białko ogółem: 109.42 g; Tłuszcz: 66.01 g; Węglowodany ogółem: 296.88 g; Sól: 8.86 g; suma cukrów prostych: 72.18 g; NKT: 27.87 g; Błonnik pokarmowy: 18.41 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-01-14 Dieta: SZ. MSWiA-Z OGR. SUBST POBUDZ. WYDZIELANIE SOKU ŻOŁ		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g , TWARÓG 40g (MLE), SZPINAK ŚWIEŻY 20g , JABŁKO PIECZONE 150g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , KASZA JAGLANA (MLEKO 2% tł., kasza jaglana) 300ml (MLE),	ZUPA BROKUŁOWA JARSKA (brokuł, marchew, seler, pietruszka, ziemniaki) 350ml (SEL), FILET DROBIOWY SAUTE (filet z kurczaka, olej) 100g , SOS CYTRYNOWY 100ml (GLU , MLE), MAKARON PENNE (pszenica durum) 250g (GLU), CUKINIA DUSZONA 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA Z WARZYWAMI 30g , DŻEM BRZOSKWINIOWY NISKOSŁODZONY (brzoskwinie 44%, cukier, woda, pektyny, guma guar) 30g , PASTA Z BIAŁYCH WARZYW 100g (SEL), HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: JOGURT OWOCOWY (mleko, kultury bakterii, owoce) 1szt (MLE), JOGURT OWOCOWY (mleko, kultury bakterii, owoce) 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2159.37 kcal; Białko ogółem: 107.29 g; Tłuszcz: 64.76 g; Węglowodany ogółem: 293.82 g; Sól: 8.79 g; suma cukrów prostych: 69.11 g; NKT: 27.13 g; Błonnik pokarmowy: 18.41 g;		
środa 2026-01-14 Dieta: SZ. MSWiA- KONTROLOWANA ZAWARTOŚĆ KW. TŁUSZCZOWYCH		
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g , WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g , SEREK TOPIONY 40g (MLE), SZPINAK ŚWIEŻY 20g , MUS WIELOWARZYWNY 100g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU , MLE), KASZA JAGLANA (MLEKO 2% tł., kasza jaglana) 300ml (MLE),	ZUPA BROKUŁOWA JARSKA (brokuł, marchew, seler, pietruszka, ziemniaki) 350ml (SEL), MIELONE DROBIOWE Z SOSEM POMIDOROWYM (filet kurczak, pomidory, olej, mąka pszenna) 150g (GLU), MAKARON PENNE (pszenica durum) 250g (GLU), SAŁATKA GRECKA (sałata, ser sałatkowy, pomidor, ogórek, oliwa, pieprz, zioła suszone) 150g (MLE), KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g , WĘDLINA Z WARZYWAMI 30g , DŻEM BRZOSKWINIOWY NISKOSŁODZONY (brzoskwinie 44%, cukier, woda, pektyny, guma guar) 30g , PAPRYKA ŚWIEŻA 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: JOGURT OWOCOWY (mleko, kultury bakterii, owoce) 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2221.08 kcal; Białko ogółem: 110.94 g; Tłuszcz: 78.31 g; Węglowodany ogółem: 284.37 g; Sól: 9.06 g; suma cukrów prostych: 62.44 g; NKT: 18.06 g; Błonnik pokarmowy: 24.46 g;		
środa 2026-01-14 Dieta: SZ. MSWiA- PAKOWATA (PRZETARTA)		
Pieczywo pszenne bez skórki 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ mielona 30g , SEREK TOPIONY 40g (MLE), JABŁKO PIECZONE 150g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU , MLE), KASZA JAGLANA miksowana 300ml (MLE),	miksowana ZUPA BROKUŁOWA 350ml (SEL), GOTOWANA WIEPRZOWINA miksowana 100g , SOS BESZAMELOWY (masło, mleko, mąka) 100g (GLU , MLE), ZIEMNIAKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g (MLE), CUKINIA DUSZONA miksowana 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	Pieczywo pszenne bez skórki 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA Z WARZYWAMI mielona 30g , SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 40g , PASTA Z BIAŁYCH WARZYW 100g (SEL), HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY (mleko, kultury bakterii) 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2145.99 kcal; Białko ogółem: 99.57 g; Tłuszcz: 87.08 g; Węglowodany ogółem: 252.35 g; Sól: 12.09 g; suma cukrów prostych: 65.29 g; NKT: 42.82 g; Błonnik pokarmowy: 18.25 g;		
środa 2026-01-14 Dieta: SZ. MSWiA- PŁYNNA WZMOCNIONA		
płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , II Śniadanie: płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Podwieczorek: płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ Z KURCZAKA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2080.60 kcal; Białko ogółem: 140.94 g; Tłuszcz: 124.79 g; Węglowodany ogółem: 94.42 g; Sól: 0.86 g; suma cukrów prostych: 6.77 g; NKT: 8.67 g; Błonnik pokarmowy: 7.50 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-01-14 Dieta: SZ. MSWiA- OGR WĘGL (PRZETARTA)		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 60g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), SEREK TOPIONY 40g (MLE), JABŁKO PIECZONE 150g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), KASZA JAGLANA miksowana 300ml (MLE), II Śniadanie: PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 30g (GLU), WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ mielona 30g , MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	miksowana ZUPA BROKUŁOWA 350ml (SEL), GOTOWANA WIEPRZOWINA miksowana 100g , SOS BESZAMELOWY (masło, mleko, mąka) 100g (GLU, MLE), ZIEMNIAKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g (MLE), CUKINIA DUSZONA miksowana 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Podwieczorek: SOK WIELOWARZYWNY 200ml ,	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA Z WARZYWAMI mielona 30g , SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 40g , PASTA Z BIAŁYCH WARZYW 100g (SEL), HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY (mleko, kultury bakterii) 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2217.34 kcal; Białko ogółem: 98.90 g; Tłuszcz: 92.62 g; Węglowodany ogółem: 265.65 g; Sól: 13.72 g; suma cukrów prostych: 78.74 g; NKT: 45.61 g; Błonnik pokarmowy: 32.63 g;		
środa 2026-01-14 Dieta: SZ. MSWiA- ŁATWOSTR. BEZMLECZNA		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g , WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g , PASZTET SOJOWY (woda, olej rzepakowy, białko sojowe, cebula, skrobia kukurydziana, konc. pomid., gorczyca, sól) 40g (SOJ), MUS WIELOWARZYWNY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , JAGLANKA "owsiana" (napój owsiany, płatki jaglane) 300g ,	ZUPA BROKUŁOWA JARSKA (brokuł, marchew, seler, pietruszka, ziemniaki) 350ml (SEL), MIELONE DROBIOWE Z SOSEM POMIDOROWYM (filet kurczak, pomidory, olej, mąka pszenna) 150g (GLU), MAKARON PENNE (pszenica durum) 250g (GLU), CUKINIA DUSZONA 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g , WĘDLINA Z WARZYWAMI 30g , DŻEM BRZOSKWINIOWY NISKOSŁODZONY (brzoskwinie 44%, cukier, woda, pektyny, guma guar) 30g , PASTA Z BIAŁYCH WARZYW 100g (SEL), HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: WAFLE RYŻOWE 35g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2236.61 kcal; Białko ogółem: 98.94 g; Tłuszcz: 68.75 g; Węglowodany ogółem: 315.08 g; Sól: 7.55 g; suma cukrów prostych: 40.09 g; NKT: 4.46 g; Błonnik pokarmowy: 17.93 g;		
czwartek 2026-01-15 Dieta: SZ. MSWiA-PODSTAWOWA		
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), PASTA Z TUŃCZYKA BEZMLECZNA (tuńczyk, koper, ogórek kiszony) 40g (RYB), WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA 30g , MANDARYNKA (1 szt) 65g , RUKOLA 20g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 200ml (GLU, MLE), MAKARON NA MLEKU (mleko 2% tł., makaron z pszenicy durum) 300ml (GLU, MLE),	ZUPA DYNIOWA (dynia, marchew, ziemniaki, seler) 350ml , BITKI ZE SCHABU (schab, olej rzepakowy, mąka) 100g (GLU), SOS WŁASNY 100g (GLU), RYŻ BASMATI 250g , SURÓWKA: KAPUSTA CZERWONA Z MARCHEWKĄ I PESTKAMI DYNI (kapusta czerwona, marchew, pestki dyni, olej rzepakowy) 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA OGONÓWKA WIEPRZOWA 30g , TWARÓG 40g (MLE), SAŁATKA WIOSENNA (sałata, pomidor, ogórek, olej, zioła suszone) 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SOK Z BURAKA 330ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2286.94 kcal; Białko ogółem: 100.74 g; Tłuszcz: 73.98 g; Węglowodany ogółem: 306.48 g; Sól: 7.91 g; suma cukrów prostych: 74.02 g; NKT: 27.89 g; Błonnik pokarmowy: 21.48 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-01-15 Dieta: SZ. MSWiA-Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA 30g , OGÓREK ŚWIEŻY KROJONY 80g , RUKOLA 20g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), MAKARON NA MLEKU (mleko 2% tł., makaron z pszenicy durum) 300ml (GLU, MLE), II Śniadanie: PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g (GLU), PASTA Z TUŃCZYKA BEZMLECZNA (tuńczyk, koper, ogórek kiszony) 40g (RYB), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	ZUPA DYNIOWA (dynia, marchew, ziemniaki, seler) 350ml , BITKI ZE SCHABU (schab, olej rzepakowy, mąka) 100g (GLU), SOS WŁASNY 100g (GLU), RYŻ BASMATI 250g , SURÓWKA: KAPUSTA CZERWONA Z MARCHEWKĄ I PESTKAMI DYNI (kapusta czerwona, marchew, pestki dyni, olej rzepakowy) 75g , BUKIET WARZYW GOTOWANYCH (brokuł, kalafior, marchew) 75g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Podwieczorek: KISIEL CYTRYNOWY Z JABŁKIEM (kisiel proszek, jabłko) 200g ,	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA OGONÓWKA WIEPRZOWA 30g , TWARÓG 40g (MLE), SAŁATKA WIOSENNA (sałata, pomidor, ogórek, olej, zioła suszone) 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SOK Z BURAKA 330ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2364.49 kcal; Białko ogółem: 100.73 g; Tłuszcz: 75.71 g; Węglowodany ogółem: 325.17 g; Sól: 8.19 g; suma cukrów prostych: 88.40 g; NKT: 30.38 g; Błonnik pokarmowy: 27.38 g;		
czwartek 2026-01-15 Dieta: SZ. MSWiA-ŁATWOSTRAWNA		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA 30g , PASTA Z TUŃCZYKA BEZMLECZNA (tuńczyk, koper, ogórek kiszony) 40g (RYB), MANDARYNKA (1 szt) 65g , RUKOLA 20g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 200ml (GLU, MLE), MAKARON NA MLEKU (mleko 2% tł., makaron z pszenicy durum) 300ml (GLU, MLE),	ZUPA DYNIOWA (dynia, marchew, ziemniaki, seler) 350ml , BITKI ZE SCHABU (schab, olej rzepakowy, mąka) 100g (GLU), SOS WŁASNY 100g (GLU), RYŻ BASMATI 250g , BUKIET WARZYW GOTOWANYCH (brokuł, kalafior, marchew) 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA OGONÓWKA WIEPRZOWA 30g , TWARÓG 40g (MLE), SAŁATKA WIOSENNA (sałata, pomidor, ogórek, olej, zioła suszone) 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SOK Z BURAKA 330ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2228.24 kcal; Białko ogółem: 102.08 g; Tłuszcz: 67.30 g; Węglowodany ogółem: 302.80 g; Sól: 8.08 g; suma cukrów prostych: 68.50 g; NKT: 27.10 g; Błonnik pokarmowy: 15.74 g;		
czwartek 2026-01-15 Dieta: SZ. MSWiA-ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA 30g , PASTA Z BIAŁKA JAJ Z KOPERKIEM (białko jaja, jogurt nat.-mleko, kultury bakterii, koperek) 40g (JAJ, MLE), SOK PORZECzkOWY 200ml , RUKOLA 20g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 200ml (GLU, MLE), MAKARON NA MLEKU (mleko 2% tł., makaron z pszenicy durum) 300ml (GLU, MLE),	ZUPA DYNIOWA (dynia, marchew, ziemniaki, seler) 350ml , BITKI ZE SCHABU (schab, olej rzepakowy, mąka) 100g (GLU), SOS WŁASNY 100g (GLU), RYŻ BASMATI 250g , BUKIET WARZYW GOTOWANYCH (brokuł, kalafior, marchew) 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA OGONÓWKA WIEPRZOWA 30g , TWARÓG 40g (MLE), POMIDOR KROJONY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SOK Z BURAKA 330ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2254.48 kcal; Białko ogółem: 103.40 g; Tłuszcz: 62.02 g; Węglowodany ogółem: 313.76 g; Sól: 7.90 g; suma cukrów prostych: 80.03 g; NKT: 27.93 g; Błonnik pokarmowy: 15.17 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-01-15 Dieta: SZ. MSWiA-Z OGR. SUBST POBUDZ. WYDZIELANIE SOKU ŻOŁ		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA 30g , PASTA Z BIAŁKA JAJ Z KOPERKIEM (białko jaja, jogurt nat.-mleko, kultury bakterii, koperek) 40g (JAJ, MLE), SOK PORZECZKOWY 200ml , RUKOLA 20g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , MAKARON NA MLEKU (mleko 2% tł., makaron z pszenicy durum) 300ml (GLU, MLE),	ZUPA DYNIOWA (dynia, marchew, ziemniaki, seler) 350ml , BITKI ZE SCHABU (schab, olej rzepakowy, mąka) 100g (GLU), SOS WŁASNY 100g (GLU), RYŻ BASMATI 250g , BUKIET WARZYW GOTOWANYCH (brokuł, kalafior, marchew) 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA OGONÓWKA WIEPRZOWA 30g , TWARÓG 40g (MLE), POMIDOR KROJONY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SOK Z BURAKA 330ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2228.98 kcal; Białko ogółem: 101.70 g; Tłuszcz: 61.02 g; Węglowodany ogółem: 311.31 g; Sól: 7.84 g; suma cukrów prostych: 77.58 g; NKT: 27.33 g; Błonnik pokarmowy: 15.17 g;		
czwartek 2026-01-15 Dieta: SZ. MSWiA- KONTROLOWANA ZAWARTOŚĆ KW. TŁUSZCZOWYCH		
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g , PASTA Z TUŃCZYKA BEZMLECZNA (tuńczyk, koper, ogórek kiszony) 40g (RYB), WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA 30g , MANDARYNKA (1 szt) 65g , RUKOLA 20g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 200ml (GLU, MLE), MAKARON NA MLEKU (mleko 2% tł., makaron z pszenicy durum) 300ml (GLU, MLE),	ZUPA DYNIOWA (dynia, marchew, ziemniaki, seler) 350ml , BITKI ZE SCHABU (schab, olej rzepakowy, mąka) 100g (GLU), SOS WŁASNY 100g (GLU), RYŻ BASMATI 250g , BUKIET WARZYW GOTOWANYCH (brokuł, kalafior, marchew) 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g , WĘDLINA OGONÓWKA WIEPRZOWA 30g , TWARÓG 40g (MLE), SAŁATKA WIOSENNĄ (sałata, pomidor, ogórek, olej, ziola suszone) 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SOK Z BURAKA 330ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2203.04 kcal; Białko ogółem: 99.53 g; Tłuszcz: 66.91 g; Węglowodany ogółem: 303.10 g; Sól: 7.95 g; suma cukrów prostych: 71.02 g; NKT: 10.65 g; Błonnik pokarmowy: 21.95 g;		
czwartek 2026-01-15 Dieta: SZ. MSWiA- PAKOWATA (PRZETARTA)		
Pieczycwo pszenne bez skórki 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA mielona 30g , PASTA Z TUŃCZYKA BEZMLECZNA (tuńczyk, koper, ogórek kiszony) 40g (RYB), SOK PORZECZKOWY 200ml , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 200ml (GLU, MLE), MAKARON NA MLEKU miksowany 300ml (GLU, MLE),	ZUPA KREM Z DYNI JARSKA, BEZGLUT. BEZMLECZNA (dynia, ziemniak) 350ml , miksowane BITKI ZE SCHABU (schab, olej rzepakowy, mąka) 100g (GLU), SOS WŁASNY 100g (GLU), ZIEMNIĄKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g (MLE), BUKIET WARZYW GOT. MIKSOWANY 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	Pieczycwo pszenne bez skórki 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA OGONÓWKA WIEPRZOWA mielona 30g , miksowany TWARÓG 40g (MLE), POMIDOR MIKSOWANY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SOK Z BURAKA 330ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2087.85 kcal; Białko ogółem: 96.20 g; Tłuszcz: 61.20 g; Węglowodany ogółem: 281.75 g; Sól: 4.71 g; suma cukrów prostych: 86.36 g; NKT: 29.59 g; Błonnik pokarmowy: 17.41 g;		
czwartek 2026-01-15 Dieta: SZ. MSWiA- PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ		
płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , II Śniadanie: płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Podwieczorek: płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ Z KURCZAKA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2080.60 kcal; Białko ogółem: 140.94 g; Tłuszcz: 124.79 g; Węglowodany ogółem: 94.42 g; Sól: 0.86 g; suma cukrów prostych: 6.77 g; NKT: 8.67 g; Błonnik pokarmowy: 7.50 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-01-15 Dieta: SZ. MSWiA- OGR WĘGL (PRZETARTA)		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 60g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA mielona 30g , SOK PORZECzkOWY 200ml , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), MAKARON NA MLEKU miksowany 300ml (GLU, MLE), II Śniadanie: PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 30g (GLU), PASTA Z TUŃCZYKA BEZMLECZNA (tuńczyk, koper, ogórek kiszony) 40g (RYB), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	ZUPA KREM Z DYNI JARSKA, BEZGLUT. BEZMLECZNA (dynia, ziemniak) 350ml , ZMIELONE BITKI ZE SCHABU (schab, olej rzepakowy, mąka) 100g (GLU), SOS WŁASNY 100g (GLU), ZIEMNIAKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g (MLE), BUKIET WARZYN GOT. MIKSOWANY 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Podwieczorek: KISIEL CYTRYNOWY Z JABŁKIEM (kisiel proszek, jabłko) 200g ,	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA OGONÓWKA WIEPRZOWA mielona 30g , miksowany TWARÓG 40g (MLE), POMIDOR MIKSOWANY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SOK Z BURAKA 330ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2196.62 kcal; Białko ogółem: 94.06 g; Tłuszcz: 66.47 g; Węglowodany ogółem: 305.44 g; Sól: 4.83 g; suma cukrów prostych: 108.10 g; NKT: 32.45 g; Błonnik pokarmowy: 29.80 g;		
czwartek 2026-01-15 Dieta: SZ. MSWiA- ŁATWOSTR. BEZMLECZNA		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g , WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA 30g , PASTA Z TUŃCZYKA BEZMLECZNA (tuńczyk, koper, ogórek kiszony) 40g (RYB), MANDARYNKA (1 szt) 65g , RUKOLA 20g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , MAKARON NA NAPOJU RYŻOWYM (napój ryżowy, makaron z pszenicy durum) 300ml (GLU),	ZUPA DYNIOWA (dynia, marchew, ziemniaki, seler) 350ml , BITKI ZE SCHABU (schab, olej rzepakowy, mąka) 100g (GLU), SOS WŁASNY 100g (GLU), RYŻ BASMATI 250g , BUKIET WARZYN GOTOWANYCH (brokuł, kalafior, marchew) 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g , WĘDLINA OGONÓWKA WIEPRZOWA 30g , MIÓD 30g , SAŁATKA WIOSENNA (sałata, pomidor, ogórek, olej, zioła suszone) 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SOK Z BURAKA 330ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2188.28 kcal; Białko ogółem: 82.08 g; Tłuszcz: 60.21 g; Węglowodany ogółem: 328.59 g; Sól: 7.84 g; suma cukrów prostych: 50.43 g; NKT: 5.37 g; Błonnik pokarmowy: 15.45 g;		
piątek 2026-01-16 Dieta: SZ. MSWiA-PODSTAWOWA		
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), SER TOPIONY (plastry) 40g (MLE), WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g , KIEŁKI 20g , JABŁKO (1 szt.) 150g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 200ml (GLU, MLE), K. B. KASZA MANNA (mleko 2% tł., kasza manna) 300ml (GLU, MLE),	ZUPA KRUPNIK JARSKI (kasza jęczmienna, ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 350ml (GLU, SEL), RYBA PANIEROWANA SMAŻONA (tilapia, bułka tarta, jajko, mleko, olej) 110g (GLU, JAJ, RYB, MLE), ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 250g , SURÓWKA: PEKINKA Z KUKURYDZĄ (k. pekińska, kukurydza, koper, olej rzepakowy) 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g , SAŁATKA RYŻOWA Z CZERWONĄ FASOLĄ (ryż, czerwona fasola kons., papryka św., ogórek św., oliwa) 150g , SAŁATA LODOWA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SEREK HOMOGENIZOWANY (ser twarogowy odtłuszczony, śmietanka) 140g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2229.93 kcal; Białko ogółem: 106.19 g; Tłuszcz: 70.76 g; Węglowodany ogółem: 306.65 g; Sól: 7.68 g; suma cukrów prostych: 73.83 g; NKT: 29.06 g; Błonnik pokarmowy: 29.39 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-01-16 Dieta: SZ. MSWiA-Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), SER TOPIONY (plastry) 40g (MLE), JABŁKO (1 szt.) 150g , KIEŁKI 20g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 200ml (GLU, MLE), K. B. KASZA MANNA (mleko 2% tł., kasza manna) 300ml (GLU, MLE), II Śniadanie: PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	ZUPA KRUPNIK JARSKI (kasza jęczmienna, ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 350ml (GLU, SEL), RYBA DUSZONA (dorsz) 100g (RYB), ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 250g , SOS CYTRYNOWY 100ml (GLU, MLE), SURÓWKA: PEKINKA Z KUKURYDZĄ (k. pekińska, kukurydza, koper, olej rzepakowy) 75g , SZPINAK GOTOWANY 75g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Podwieczorek: SAŁATKA JAGLANA Z FASOLĄ SZPARAGOWĄ (kasza jaglana, fasolka szpar., papryka św., ogórek św., oliwa, pietruszka) 150g ,	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g , SAŁATKA RYŻOWA Z CZERWONĄ FASOLĄ (ryż, czerwona fasola kons., papryka św., ogórek św., oliwa) 150g , SAŁATA LODOWA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SEREK HOMOGENIZOWANY (ser twarogowy odtłuszczony, śmietanka) 140g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2343.68 kcal; Białko ogółem: 111.32 g; Tłuszcz: 72.11 g; Węglowodany ogółem: 330.99 g; Sól: 8.78 g; suma cukrów prostych: 77.02 g; NKT: 32.47 g; Błonnik pokarmowy: 37.25 g;		
piątek 2026-01-16 Dieta: SZ. MSWiA-ŁATWOSTRAWNA		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), SER TOPIONY (plastry) 40g (MLE), WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g , KIEŁKI 20g , JABŁKO (1 szt.) 150g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 200ml (GLU, MLE), K. B. KASZA MANNA (mleko 2% tł., kasza manna) 300ml (GLU, MLE),	ZUPA KRUPNIK JARSKI (kasza jęczmienna, ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 350ml (GLU, SEL), RYBA DUSZONA (dorsz) 100g (RYB), ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 250g , SOS CYTRYNOWY 100ml (GLU, MLE), SURÓWKA: PEKINKA Z KUKURYDZĄ (k. pekińska, kukurydza, koper, olej rzepakowy) 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g , SAŁATA LODOWA 50g , SAŁATKA MAKARONOWA LEKKOSTRAWNA (jogurt, szynka, makaron, bukiet warzyw, koper) 150g (GLU, MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SEREK HOMOGENIZOWANY (ser twarogowy odtłuszczony, śmietanka) 140g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2103.99 kcal; Białko ogółem: 114.53 g; Tłuszcz: 54.05 g; Węglowodany ogółem: 300.82 g; Sól: 9.61 g; suma cukrów prostych: 70.66 g; NKT: 28.06 g; Błonnik pokarmowy: 22.21 g;		
piątek 2026-01-16 Dieta: SZ. MSWiA-ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), SEREK KANAPKOWY TWAROGOWY (ser twarogowy, sól) 40g (MLE), WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g , KIEŁKI 20g , MUS JABŁKOWY (jabłka, sok z cytryny) 100g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 200ml (GLU, MLE), K. B. KASZA MANNA (mleko 2% tł., kasza manna) 300ml (GLU, MLE),	ZUPA KRUPNIK JARSKI (kasza jęczmienna, ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 350ml (GLU, SEL), RYBA DUSZONA (dorsz) 100g (RYB), ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 250g , SOS CYTRYNOWY 100ml (GLU, MLE), CUKINIA DUSZONA 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g , SAŁATA LODOWA 50g , SAŁATKA MAKARONOWA LEKKOSTRAWNA (jogurt, szynka, makaron, bukiet warzyw, koper) 150g (GLU, MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SEREK HOMOGENIZOWANY (ser twarogowy odtłuszczony, śmietanka) 140g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2213.37 kcal; Białko ogółem: 112.22 g; Tłuszcz: 63.23 g; Węglowodany ogółem: 308.03 g; Sól: 9.78 g; suma cukrów prostych: 86.82 g; NKT: 36.61 g; Błonnik pokarmowy: 18.63 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-01-16 Dieta: SZ. MSWiA-Z OGR. SUBST POBUDZ. WYDZIELANIE SOKU ŻOŁ		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), SEREK KANAPKOWY TWAROGOWY (ser twarogowy, sól) 40g (MLE), WĘDLINA SZYŃKÓWKA WIEPRZOWA 30g, KIEŁKI 20g, MUS JABŁKOWY (jabłka, sok z cytryny) 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, K. B. KASZA MANNA (mleko 2% tł., kasza manna) 300ml (GLU, MLE),	ZUPA KRUPNIK JARSKI (kasza jęczmienna, ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 350ml (GLU, SEL), RYBA DUSZONA (dorsz) 100g (RYB), ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 250g, SOS CYTRYNOWY 100ml (GLU, MLE), CUKINIA DUSZONA 150g, KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g, SAŁATA LODOWA 50g, SAŁATKA MAKARONOWA LEKKOSTRAWNA (jogurt, szynka, makaron, bukiet warzyw, koper) 150g (GLU, MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: SEREK HOMOGENIZOWANY (ser twarogowy odtłuszczony, śmietanka) 140g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2187.87 kcal; Białko ogółem: 110.53 g; Tłuszcz: 62.23 g; Węglowodany ogółem: 305.58 g; Sól: 9.73 g; suma cukrów prostych: 84.37 g; NKT: 36.02 g; Błonnik pokarmowy: 18.63 g;		
piątek 2026-01-16 Dieta: SZ. MSWiA- KONTROLOWANA ZAWARTOŚĆ KW. TŁUSZCZOWYCH		
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g, SER TOPIONY (plastry) 40g (MLE), WĘDLINA SZYŃKÓWKA WIEPRZOWA 30g, KIEŁKI 20g, JABŁKO (1 szt.) 150g, KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 200ml (GLU, MLE), K. B. KASZA MANNA (mleko 2% tł., kasza manna) 300ml (GLU, MLE),	ZUPA KRUPNIK JARSKI (kasza jęczmienna, ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 350ml (GLU, SEL), RYBA PANIEROWANA SMAŻONA (tilapia, bułka tarta, jajko, mleko, olej) 110g (GLU, JAJ, RYB, MLE), ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 250g, SURÓWKA: PEKINKA Z KUKURYDZĄ (k. pekińska, kukurydza, koper, olej rzepakowy) 150g, KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml,	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g, WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g, SAŁATKA RYŻOWA Z CZERWONĄ FASOLĄ (ryż, czerwona fasola kons., papryka św., ogórek św., oliwa) 150g, SAŁATA LODOWA 50g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: SEREK HOMOGENIZOWANY (ser twarogowy odtłuszczony, śmietanka) 140g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2221.83 kcal; Białko ogółem: 105.98 g; Tłuszcz: 70.01 g; Węglowodany ogółem: 306.77 g; Sól: 7.68 g; suma cukrów prostych: 73.65 g; NKT: 12.64 g; Błonnik pokarmowy: 29.39 g;		
piątek 2026-01-16 Dieta: SZ. MSWiA- PAKOWATA (PRZETARTA)		
Pieczewo pszenne bez skórki 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), SER TOPIONY (plastry) 40g (MLE), WĘDLINA SZYŃKÓWKA WIEPRZOWA mielona 30g, MUS JABŁKOWY (jabłka, sok z cytryny) 20g, KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 200ml (GLU, MLE), KASZA MANNA miksowana 300ml (GLU, MLE),	miksowana ZUPA KRUPNIK JARSKI 350ml (GLU, SEL), zmielona RYBA DUSZONA (dorsz) 100g (RYB), ZIEMNIAKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g (MLE), SOS CYTRYNOWY 100ml (GLU, MLE), SZPINAK GOTOWANY BLENDOANY 150g, KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml,	Pieczewo pszenne bez skórki 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), SEREK KANAPKOWY TWAROGOWY (ser twarogowy, sól) 40g (MLE), Wędlina wieprzowa mielona 30g, MARCHEW PUREE 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: SEREK HOMOGENIZOWANY (ser twarogowy odtłuszczony, śmietanka) 140g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2033.16 kcal; Białko ogółem: 105.86 g; Tłuszcz: 68.43 g; Węglowodany ogółem: 257.83 g; Sól: 5.97 g; suma cukrów prostych: 67.47 g; NKT: 40.46 g; Błonnik pokarmowy: 18.34 g;		
piątek 2026-01-16 Dieta: SZ. MSWiA- PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ		
płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, II Śniadanie: płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml,	płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Podwieczorek: płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml,	płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ Z KURCZAKA 50g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2080.60 kcal; Białko ogółem: 140.94 g; Tłuszcz: 124.79 g; Węglowodany ogółem: 94.42 g; Sól: 0.86 g; suma cukrów prostych: 6.77 g; NKT: 8.67 g; Błonnik pokarmowy: 7.50 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-01-16 Dieta: SZ. MSWiA- OGR WĘGL (PRZETARTA)		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 60g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), SER TOPIONY (plastry) 40g (MLE), MUS JABŁKOWY (jabłka, sok z cytryny) 20g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 200ml (GLU, MLE), KASZA MANNA miksowana 300ml (GLU, MLE), II Śniadanie: PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 30g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA mielona 30g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	miksowana ZUPA KRUPNIK JARSKI 350ml (GLU, SEL), zmielona RYBA DUSZONA (dorsz) 100g (RYB), ZIEMNIAKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g (MLE), SOS CYTRYNOWY 100ml (GLU, MLE), SZPINAK GOTOWANY BLENOWANY 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Podwieczorek: KEFIR 200ml (MLE),	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), SEREK KANAPKOWY TWAROGOWY (ser twarogowy, sól) 40g (MLE), Wędlina wieprzowa mielona 30g , MARCHEW PUREE 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SEREK HOMOGENIZOWANY (ser twarogowy odtłuszczony, śmietanka) 140g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2150.50 kcal; Białko ogółem: 109.99 g; Tłuszcz: 77.36 g; Węglowodany ogółem: 269.13 g; Sól: 6.23 g; suma cukrów prostych: 80.72 g; NKT: 45.54 g; Błonnik pokarmowy: 30.33 g;		
piątek 2026-01-16 Dieta: SZ. MSWiA- ŁATWOSTR. BEZMLECZNA		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g , PASZTET SOJOWY (woda, olej rzepakowy, białko sojowe, cebula, skrobia kukurydziana, konc. pomid., gorczyca, sól) 40g (SOJ), WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g , KIEŁKI 20g , JABŁKO (1 szt.) 150g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , KASZA MANNA BEZMLECZNA (napój ryżowy, kasza manna, cukier) 300ml (GLU),	ZUPA KRUPNIK JARSKI (kasza jęczmienna, ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 350ml (GLU, SEL), RYBA DUSZONA (dorsz) 100g (RYB), ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 250g , SOS CYTRYNOWY 100ml (GLU, MLE), SURÓWKA: PEKINKA Z KUKURYDZĄ (k. pekińska, kukurydza, koper, olej rzepakowy) 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g , WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g , SAŁATA LODOWA 50g , SAŁATKA MAKARONOWA LEKKOSTRAWNA bezml. (szynka, makaron, bukiet warzyw, koper) 150g (GLU), HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: PRZEKAŚKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2103.30 kcal; Białko ogółem: 82.84 g; Tłuszcz: 52.15 g; Węglowodany ogółem: 334.48 g; Sól: 9.36 g; suma cukrów prostych: 43.38 g; NKT: 4.01 g; Błonnik pokarmowy: 25.21 g;		
sobota 2026-01-17 Dieta: SZ. MSWiA-PODSTAWOWA		
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SUCHA WIEPRZOWA 30g , mozzarella 40g (MLE), BANAN (1 szt.) 150g , SZPINAK ŚWIEŻY 20g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), PŁATKI ORKISZOWE (mleko2%, płatki orkiszowe) 300ml (MLE),	ZUPA SELEROWA Z ZIEMNIAKAMI (seler, ziemniak, pietruszka korzeń, mąka pszenna) 350ml (GLU), KASZOTTO Z WARZEWAMI I KURCZAKIEM (kasza pęczak, marchew, brokuł, koncentrat pomid., filet drobiowy) 300g (GLU), BURACZKI Z JABŁKIEM (buraki, jabłka, olej rzepakowy) 100g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA Z INDYKA 30g , DŻEM PORZECZKOWY (porzeczka czarna, cukier, woda) 30g , PAPRYKA ŚWIEŻA 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: MUS WIELOWARZYSTY 100g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2325.24 kcal; Białko ogółem: 114.47 g; Tłuszcz: 76.24 g; Węglowodany ogółem: 300.08 g; Sól: 4.21 g; suma cukrów prostych: 96.14 g; NKT: 27.83 g; Błonnik pokarmowy: 28.52 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-01-17 Dieta: SZ. MSWiA-Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), WĘDLINA SUCHA WIEPRZOWA 30g , RZODKIEWKA 80g , SZPINAK ŚWIEŻY 20g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), PŁATKI ORKISZOWE (mleko2%, płatki orkiszowe) 300ml (MLE), II Śniadanie: PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g (GLU), mozzarella 40g (MLE), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	ZUPA SELEROWA Z ZIEMNIAKAMI (seler, ziemniak, pietruszka korzeń, mąka pszenna) 350ml (GLU), KASZOTTO Z WARZYWAMI I KURCZAKIEM (kasza pęczak, marchew, brokuł, koncentrat pomid., filet drobiowy) 300g (GLU), BURACZKI Z JABŁKIEM (buraki, jabłka, olej rzepakowy) 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Podwieczorek: JOGURT NATURALNY (mleko, kultury bakterii) 1szt (MLE),	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA Z INDYKA 30g , PASZTET SOJOWY (woda, olej rzepakowy, białko sojowe, cebula, skrobia kukurydziana, konc. pomid., gorczyca, sól) 40g (SOJ), PAPRYKA ŚWIEŻA 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: MUS WIELOWARZYWNY 100g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2478.46 kcal; Białko ogółem: 126.67 g; Tłuszcz: 96.65 g; Węglowodany ogółem: 289.98 g; Sól: 7.03 g; suma cukrów prostych: 76.87 g; NKT: 31.71 g; Błonnik pokarmowy: 36.62 g;		
sobota 2026-01-17 Dieta: SZ. MSWiA-ŁATWOSTRAWNA		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SUCHA WIEPRZOWA 30g , mozzarella 40g (MLE), SZPINAK ŚWIEŻY 20g , BANAN (1 szt.) 150g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), PŁATKI ORKISZOWE (mleko2%, płatki orkiszowe) 300ml (MLE),	ZUPA SELEROWA Z ZIEMNIAKAMI (seler, ziemniak, pietruszka korzeń, mąka pszenna) 350ml (GLU), KASZOTTO Z WARZYWAMI I KURCZAKIEM (kasza pęczak, marchew, brokuł, koncentrat pomid., filet drobiowy) 300g (GLU), BURACZKI Z JABŁKIEM (buraki, jabłka, olej rzepakowy) 100g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA Z INDYKA 30g , DŻEM PORZECZKOWY (porzeczka czarna, cukier, woda) 30g , POMIDOR KROJONY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: MUS WIELOWARZYWNY 100g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2331.88 kcal; Białko ogółem: 116.52 g; Tłuszcz: 75.61 g; Węglowodany ogółem: 297.95 g; Sól: 4.35 g; suma cukrów prostych: 92.01 g; NKT: 27.82 g; Błonnik pokarmowy: 21.67 g;		
sobota 2026-01-17 Dieta: SZ. MSWiA-ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SUCHA WIEPRZOWA 30g , mozzarella 40g (MLE), SZPINAK ŚWIEŻY 20g , BANAN (1 szt.) 150g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), PŁATKI ORKISZOWE (mleko2%, płatki orkiszowe) 300ml (MLE),	ZUPA SELEROWA Z ZIEMNIAKAMI (seler, ziemniak, pietruszka korzeń, mąka pszenna) 350ml (GLU), FILET DROBIOWY DUSZONY 100g , SOS KOPERKOWY 100g (JAJ), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , BURACZKI Z JABŁKIEM (buraki, jabłka, olej rzepakowy) 100g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA Z INDYKA 30g , DŻEM PORZECZKOWY (porzeczka czarna, cukier, woda) 30g , POMIDOR KROJONY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: MUS WIELOWARZYWNY 100g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2239.79 kcal; Białko ogółem: 104.30 g; Tłuszcz: 78.43 g; Węglowodany ogółem: 279.74 g; Sól: 4.64 g; suma cukrów prostych: 90.61 g; NKT: 28.42 g; Błonnik pokarmowy: 18.88 g;		
sobota 2026-01-17 Dieta: SZ. MSWiA-Z OGR. SUBST POBUDZ. WYDZIELANIE SOKU ŻOŁ		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SUCHA WIEPRZOWA 30g , mozzarella 40g (MLE), SZPINAK ŚWIEŻY 20g , BANAN (1 szt.) 150g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , PŁATKI ORKISZOWE (mleko2%, płatki orkiszowe) 300ml (MLE),	ZUPA SELEROWA Z ZIEMNIAKAMI (seler, ziemniak, pietruszka korzeń, mąka pszenna) 350ml (GLU), FILET DROBIOWY W SOSIE KOPERKOWYM (filet z kurczaka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200g (GLU), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , BURACZKI TARTE gotowane (buraki, olej) 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA Z INDYKA 30g , DŻEM PORZECZKOWY (porzeczka czarna, cukier, woda) 30g , POMIDOR KROJONY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: MUS WIELOWARZYWNY 100g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2427.28 kcal; Białko ogółem: 116.69 g; Tłuszcz: 94.08 g; Węglowodany ogółem: 277.87 g; Sól: 4.32 g; suma cukrów prostych: 87.58 g; NKT: 28.25 g; Błonnik pokarmowy: 20.43 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-01-17 Dieta: SZ. MSWiA- KONTROLOWANA ZAWARTOŚĆ KW. TŁUSZCZOWYCH		
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g , WĘDLINA SUCHA WIEPRZOWA 30g , mozzarella 40g (MLE), BANAN (1 szt.) 150g , SZPINAK ŚWIEŻY 20g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), PŁATKI ORKISZOWE (mleko 2%, płatki orkiszowe) 300ml (MLE),	ZUPA SELEROWA Z ZIEMNIAKAMI (seler, ziemniak, pietruszka korzeń, mąka pszenna) 350ml (GLU), KASZOTTO Z WARZYWAMI I KURCZAKIEM (kasza pęczak, marchew, brokuł, koncentrat pomid., filet drobiowy) 300g (GLU), BURACZKI Z JABŁKIEM (buraki, jabłka, olej rzepakowy) 100g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g , WĘDLINA Z INDYKA 30g , DŻEM PORZECZKOWY (porzeczka czarna, cukier, woda) 30g , PAPRYKA ŚWIEŻA 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: MUS WIELOWARZYWNY 100g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2317.14 kcal; Białko ogółem: 114.26 g; Tłuszcz: 75.49 g; Węglowodany ogółem: 300.20 g; Sól: 4.20 g; suma cukrów prostych: 95.96 g; NKT: 11.41 g; Błonnik pokarmowy: 28.52 g;		
sobota 2026-01-17 Dieta: SZ. MSWiA- PAKOWATA (PRZETARTA)		
Pieczycwo pszenne bez skórki 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), Wędlna wieprzowa mielona 30g , mozzarella 40g (MLE), BANAN miksowany 100g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), PŁATKI ORKISZOWE miksowane 300ml (MLE),	ZUPA SELEROWA Z ZIEMNIAKAMI (seler, ziemniak, pietruszka korzeń, mąka pszenna) 350ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 100g , ZIEMNIAKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g (MLE), BURAKI puree 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	Pieczycwo pszenne bez skórki 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA Z INDYKA mielona 30g , DŻEM PORZECZKOWY (porzeczka czarna, cukier, woda) 30g , POMIDOR MIKSOWANY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: MUS WIELOWARZYWNY 100g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2056.69 kcal; Białko ogółem: 101.18 g; Tłuszcz: 66.28 g; Węglowodany ogółem: 264.44 g; Sól: 4.16 g; suma cukrów prostych: 87.59 g; NKT: 28.43 g; Błonnik pokarmowy: 17.49 g;		
sobota 2026-01-17 Dieta: SZ. MSWiA- PŁYNNA WZMOCNIONA		
płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , II Śniadanie: płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Podwieczorek: płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ Z KURCZAKA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2080.60 kcal; Białko ogółem: 140.94 g; Tłuszcz: 124.79 g; Węglowodany ogółem: 94.42 g; Sól: 0.86 g; suma cukrów prostych: 6.77 g; NKT: 8.67 g; Błonnik pokarmowy: 7.50 g;		
sobota 2026-01-17 Dieta: SZ. MSWiA- OGR WĘGL (PRZETARTA)		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 60g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), Wędlna wieprzowa mielona 30g , SOK JABŁKOWY 200ml , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), PŁATKI ORKISZOWE miksowane 300ml (MLE), II Śniadanie: PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 30g (GLU), mozzarella 40g (MLE), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	ZUPA SELEROWA Z ZIEMNIAKAMI (seler, ziemniak, pietruszka korzeń, mąka pszenna) 350ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 100g , ZIEMNIAKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g (MLE), BURAKI puree 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Podwieczorek: JOGURT NATURALNY (mleko, kultury bakterii) 1szt (MLE),	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA Z INDYKA mielona 30g , PASZTET SOJOWY (woda, olej rzepakowy, białko sojowe, cebula, skrobia kukurydziana, konc. pomid., gorczyca, sól) 40g (SOJ), POMIDOR MIKSOWANY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: MUS WIELOWARZYWNY 100g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2248.14 kcal; Białko ogółem: 110.03 g; Tłuszcz: 84.84 g; Węglowodany ogółem: 269.25 g; Sól: 6.92 g; suma cukrów prostych: 88.07 g; NKT: 32.12 g; Błonnik pokarmowy: 32.42 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-01-17		
Dieta: SZ. MSWiA- ŁATWOSTR. BEZMLECZNA		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g , WĘDLINA SUCHA WIEPRZOWA 30g , JAJKO GÓTOWANE 1szt (JAJ), SZPINAK ŚWIEŻY 20g , BANAN (1 szt.) 150g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , płatki orkiszowe na napoju ryżowym 300ml (GLU),	ZUPA SELEROWA Z ZIEMNIAKAMI (seler, ziemniak, pietruszka korzeń, mąka pszenna) 350ml (GLU), KASZOTTO Z WARZYWAMI I KURCZAKIEM (kasza pęczak, marchew, brokuł, koncentrat pomid., filet drobiowy) 300g (GLU), BURACZKI Z JABŁKIEM (buraki, jabłka, olej rzepakowy) 100g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g , WĘDLINA Z INDYKA 30g , DŻEM PORZECZKOWY (porzeczka czarna, cukier, woda) 30g , POMIDOR KROJONY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: MUS WIELOWARZYZNY 100g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2425.80 kcal; Białko ogółem: 109.55 g; Tłuszcz: 78.68 g; Węglowodany ogółem: 321.07 g; Sól: 4.41 g; suma cukrów prostych: 84.74 g; NKT: 8.91 g; Błonnik pokarmowy: 21.09 g;		
niedziela 2026-01-18		
Dieta: SZ. MSWiA-PODSTAWOWA		
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA POLĘDWICA WIEPRZOWA SUROWA 30g , SEREK KANAPKOWY TWAROGOWY (ser twarogowy, sól) 40g (MLE), KIWI (1 szt.) 75g , KIEŁKI 20g , KAKAO (mleko 2% tł., kakao naturalne) 250ml (MLE), RYŻ NA MLEKU (mleko 2% tł., ryż) 300ml (MLE),	ZUPA CUKINIOWA JARSKA (cukinia, seler, pietruszka korzeń, marchew, ziemniaki, mąka pszenna) 350ml (GLU, SEL), KARKÓWKA ZE ŚLIWKĄ SUSZONĄ (karkówka, suszone śliwki, musztarda, olej) 120g (GOR), SOS PIECZENIOWY (sos własny, mąka pszenna) 100g (GLU), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , SURÓWKA: SELER Z SOSEM ŚMIET.-JOGURTOWYM (seler, jogurt nat., śmietana 18%) 150g (MLE, SEL), KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), SEREK TOPIONY 40g (MLE), WĘDLINA Z WARZYWAMI 30g , SURÓWKA: MARCHEWKA TARTA 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: PRZEKAŚKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2735.64 kcal; Białko ogółem: 110.92 g; Tłuszcz: 114.33 g; Węglowodany ogółem: 331.35 g; Sól: 6.60 g; suma cukrów prostych: 100.72 g; NKT: 53.29 g; Błonnik pokarmowy: 30.15 g;		
niedziela 2026-01-18		
Dieta: SZ. MSWiA-Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), SEREK KANAPKOWY TWAROGOWY (ser twarogowy, sól) 40g (MLE), KIWI (1 szt.) 75g , KIEŁKI 20g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 200ml (GLU, MLE), RYŻ NA MLEKU (mleko 2% tł., ryż) 300ml (MLE), II Śniadanie: WĘDLINA POLĘDWICA WIEPRZOWA SUROWA 30g , PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	ZUPA CUKINIOWA JARSKA (cukinia, seler, pietruszka korzeń, marchew, ziemniaki, mąka pszenna) 350ml (GLU, SEL), KARKÓWKA ZE ŚLIWKĄ SUSZONĄ (karkówka, suszone śliwki, musztarda, olej) 120g (GOR), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , SOS PIECZENIOWY (sos własny, mąka pszenna) 100g (GLU), SURÓWKA: SELER Z SOSEM ŚMIET.-JOGURTOWYM (seler, jogurt nat., śmietana 18%) 75g (MLE, SEL), FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA 75g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Podwieczorek: krakersy 20g (GLU, JAJ),	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA Z WARZYWAMI 30g , SEREK TOPIONY 40g (MLE), SURÓWKA: MARCHEWKA TARTA 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: PRZEKAŚKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2786.39 kcal; Białko ogółem: 109.00 g; Tłuszcz: 120.22 g; Węglowodany ogółem: 335.33 g; Sól: 7.03 g; suma cukrów prostych: 92.78 g; NKT: 54.32 g; Błonnik pokarmowy: 35.82 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-01-18		
Dieta: SZ. MSWiA-ŁATWOSTRAWNA		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA SUROWA 30g, SEREK KANAPKOWY TWAROGOWY (ser twarogowy, sól) 40g (MLE), KIWI (1 szt.) 75g, KIEŁKI 20g, KAKAO (mleko 2% tł., kakao naturalne) 250ml (MLE), RYŻ NA MLEKU (mleko 2% tł., ryż) 300ml (MLE),	ZUPA CUKINIOWA JARSKA (cukinia, seler, pietruszka korzeń, marchew, ziemniaki, mąka pszenna) 350ml (GLU, SEL), SZYNKA DUSZONA (szynka, liść laurowy, pieprz, sól) 100g, ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g, SOS PIECZENIOWY (sos własny, mąka pszenna) 100g (GLU), SURÓWKA: SELER Z SOSEM ŚMIET.-JOGURTOWYM (seler, jogurt nat., śmietana 18%) 150g (MLE, SEL), KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), SEREK TOPIONY 40g (MLE), WĘDLINA Z WARZYWAMI 30g, SURÓWKA: MARCHEWKA TARTA 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: PRZEKĄSKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2559.27 kcal; Białko ogółem: 121.59 g; Tłuszcz: 93.21 g; Węglowodany ogółem: 320.66 g; Sól: 9.66 g; suma cukrów prostych: 94.93 g; NKT: 48.28 g; Błonnik pokarmowy: 22.51 g;		
niedziela 2026-01-18		
Dieta: SZ. MSWiA-ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA SUROWA 30g, SEREK KANAPKOWY TWAROGOWY (ser twarogowy, sól) 40g (MLE), KIWI (1 szt.) 75g, KIEŁKI 20g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, RYŻ NA MLEKU (mleko 2% tł., ryż) 300ml (MLE),	ZUPA CUKINIOWA JARSKA (cukinia, seler, pietruszka korzeń, marchew, ziemniaki, mąka pszenna) 350ml (GLU, SEL), SZYNKA DUSZONA (szynka, liść laurowy, pieprz, sól) 100g, ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g, SOS PIECZENIOWY (sos własny, mąka pszenna) 100g (GLU), SELER GOTOWANY 150g, KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), MIÓD 30g, WĘDLINA Z WARZYWAMI 30g, PASTA Z ZIELONYCH WARZYW 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: PRZEKĄSKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2379.90 kcal; Białko ogółem: 111.80 g; Tłuszcz: 77.87 g; Węglowodany ogółem: 320.34 g; Sól: 8.55 g; suma cukrów prostych: 72.73 g; NKT: 39.45 g; Błonnik pokarmowy: 23.40 g;		
niedziela 2026-01-18		
Dieta: SZ. MSWiA-Z OGR. SUBST POBUDZ. WYDZIELANIE SOKU ŻOŁ		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA SUROWA 30g, SEREK KANAPKOWY TWAROGOWY (ser twarogowy, sól) 40g (MLE), KIWI (1 szt.) 75g, KIEŁKI 20g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, RYŻ NA MLEKU (mleko 2% tł., ryż) 300ml (MLE),	ZUPA CUKINIOWA JARSKA (cukinia, seler, pietruszka korzeń, marchew, ziemniaki, mąka pszenna) 350ml (GLU, SEL), SZYNKA DUSZONA (szynka, liść laurowy, pieprz, sól) 100g, ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g, SOS PIECZENIOWY (sos własny, mąka pszenna) 100g (GLU), SELER GOTOWANY 150g, KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), MIÓD 30g, WĘDLINA Z WARZYWAMI 30g, PASTA Z ZIELONYCH WARZYW 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: PRZEKĄSKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2379.90 kcal; Białko ogółem: 111.80 g; Tłuszcz: 77.87 g; Węglowodany ogółem: 320.34 g; Sól: 8.55 g; suma cukrów prostych: 72.73 g; NKT: 39.45 g; Błonnik pokarmowy: 23.40 g;		
niedziela 2026-01-18		
Dieta: SZ. MSWiA- KONTROLOWANA ZAWARTOŚĆ KW. TŁUSZCZOWYCH		
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g, WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA SUROWA 30g, SEREK KANAPKOWY TWAROGOWY (ser twarogowy, sól) 40g (MLE), KIWI (1 szt.) 75g, KIEŁKI 20g, KAKAO (mleko 2% tł., kakao naturalne) 250ml (MLE), RYŻ NA MLEKU (mleko 2% tł., ryż) 300ml (MLE),	ZUPA CUKINIOWA JARSKA (cukinia, seler, pietruszka korzeń, marchew, ziemniaki, mąka pszenna) 350ml (GLU, SEL), SZYNKA DUSZONA (szynka, liść laurowy, pieprz, sól) 100g, SOS PIECZENIOWY (sos własny, mąka pszenna) 100g (GLU), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g, SURÓWKA: SELER Z SOSEM ŚMIET.-JOGURTOWYM (seler, jogurt nat., śmietana 18%) 150g (MLE, SEL), KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml,	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g, MIÓD 30g, WĘDLINA Z WARZYWAMI 30g, SURÓWKA: MARCHEWKA TARTA 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: PRZEKĄSKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2508.97 kcal; Białko ogółem: 113.73 g; Tłuszcz: 82.02 g; Węglowodany ogółem: 344.33 g; Sól: 8.69 g; suma cukrów prostych: 97.65 g; NKT: 25.38 g; Błonnik pokarmowy: 28.72 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-01-18		
Dieta: SZ. MSWiA- PAKOWATA (PRZETARTA)		
Pieczywo pszenne bez skórki 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SZYNKA WIEPRZOWA mielona 30g , SEREK KANAPKOWY TWAROGOWY (ser twarogowy, sól) 40g (MLE), KIWI miksowane 75g , KAKAO (mleko 2% tł., kakao naturalne) 250ml (MLE), RYŻ NA MLEKU miksowany 300ml (MLE),	miksowana ZUPA CUKINIOWA 350ml (GLU, SEL), zmiksowane Gotowane mięso wieprzowe (szynka) 100g , ZIEMNIAKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g (MLE), SOS PIECZENIOWY (sos własny, mąka pszenna) 100g (GLU), SELER GOTOWANY MIKSOWANY 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	Pieczywo pszenne bez skórki 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), SEREK TOPIONY 40g (MLE), WĘDLINA Z WARZYWAMI mielona 30g , PASTA Z ZIELONYCH WARZYW 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: PRZEKAŚKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2547.80 kcal; Białko ogółem: 121.67 g; Tłuszcz: 97.36 g; Węglowodany ogółem: 308.75 g; Sól: 9.02 g; suma cukrów prostych: 83.65 g; NKT: 51.52 g; Błonnik pokarmowy: 23.50 g;		
niedziela 2026-01-18		
Dieta: SZ. MSWiA- PLYNNA WZMOCNIONA		
plynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , II Śniadanie: plynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	plynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Podwieczorek: plynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	plynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: plynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ Z KURCZAKA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2080.60 kcal; Białko ogółem: 140.94 g; Tłuszcz: 124.79 g; Węglowodany ogółem: 94.42 g; Sól: 0.86 g; suma cukrów prostych: 6.77 g; NKT: 8.67 g; Błonnik pokarmowy: 7.50 g;		
niedziela 2026-01-18		
Dieta: SZ. MSWiA- OGR WĘGL (PRZETARTA)		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 60g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), SEREK KANAPKOWY TWAROGOWY (ser twarogowy, sól) 40g (MLE), KIWI miksowane 75g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 200ml (GLU, MLE), RYŻ NA MLEKU miksowany 300ml (MLE), II Śniadanie: WĘDLINA SZYNKA WIEPRZOWA mielona 30g , PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 30g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	miksowana ZUPA CUKINIOWA 350ml (GLU, SEL), zmiksowane Gotowane mięso wieprzowe (szynka) 100g , ZIEMNIAKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g (MLE), SOS PIECZENIOWY (sos własny, mąka pszenna) 100g (GLU), SELER GOTOWANY MIKSOWANY 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Podwieczorek: SOK POMIDOROWY 200ml ,	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA Z WARZYWAMI mielona 30g , SEREK TOPIONY 40g (MLE), PASTA Z ZIELONYCH WARZYW 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: PRZEKAŚKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2647.91 kcal; Białko ogółem: 121.00 g; Tłuszcz: 103.25 g; Węglowodany ogółem: 327.92 g; Sól: 9.08 g; suma cukrów prostych: 91.50 g; NKT: 54.08 g; Błonnik pokarmowy: 36.93 g;		
niedziela 2026-01-18		
Dieta: SZ. MSWiA- ŁATWOSTR. BEZMLECZNA		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g , WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA SUROWA 30g , PASZTET SOJOWY (woda, olej rzepakowy, białko sojowe, cebula, skrobia kukurydziana, konc. pomid., gorczyca, sól) 40g (SOJ), KIWI (1 szt.) 75g , KIEŁKI 20g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , RYŻ NA NAPOJU RYŻOWYM (napój ryżowy, ryż) 300ml ,	ZUPA CUKINIOWA JARSKA (cukinia, seler, pietruszka korzeń, marchew, ziemniaki, mąka pszenna) 350ml (GLU, SEL), SZYNKA DUSZONA (szynka, liść laurowy, pieprz, sól) 100g , ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , SOS PIECZENIOWY (sos własny, mąka pszenna) 100g (GLU), SELER GOTOWANY 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g , MIÓD 30g , WĘDLINA Z WARZYWAMI 30g , SURÓWKA: MARCHEWKA TARTA 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: PRZEKAŚKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2231.59 kcal; Białko ogółem: 79.18 g; Tłuszcz: 63.54 g; Węglowodany ogółem: 349.12 g; Sól: 10.60 g; suma cukrów prostych: 60.37 g; NKT: 6.15 g; Błonnik pokarmowy: 28.36 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-01-19		
Dieta: SZ. MSWiA-PODSTAWOWA		
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA B/ML 40g (SEL), WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g , OGÓREK KONSERWOWY 80g , SAŁATA 20g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), OWSIANKA (mleko 2% tł., płatki owsiane) 300ml (GLU, MLE),	ZUPA GROCHOWA JARSKA (groch, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka) 350ml (SEL), POTRAWKA Z KURCZAKA Z RODZYNKAMI 200g (GLU), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , BROKUŁ GOTOWANY 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA 30g , SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 40g , POMIDOR KROJONY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SOK WIELOWARZYWNY 330ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2042.01 kcal; Białko ogółem: 112.05 g; Tłuszcz: 52.51 g; Węglowodany ogółem: 296.60 g; Sól: 7.83 g; suma cukrów prostych: 65.87 g; NKT: 24.82 g; Błonnik pokarmowy: 37.14 g;		
poniedziałek 2026-01-19		
Dieta: SZ. MSWiA-Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g , SAŁATA 20g , OGÓREK KONSERWOWY 80g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), OWSIANKA (mleko 2% tł., płatki owsiane) 300ml (GLU, MLE), II Śniadanie: PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA B/ML 40g (SEL), HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	ZUPA GROCHOWA JARSKA (groch, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka) 350ml (SEL), POTRAWKA Z KURCZAKA Z RODZYNKAMI 200g (GLU), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , SAŁATA Z JOGURTEM I KOPERKIEM 75g (MLE), BROKUŁ GOTOWANY 75g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Podwieczorek: MAŚLANKA (mleko, kultury bakterii) 200ml (MLE),	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA 30g , SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 40g , POMIDOR KROJONY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SOK WIELOWARZYWNY 330ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2152.97 kcal; Białko ogółem: 118.01 g; Tłuszcz: 58.25 g; Węglowodany ogółem: 308.02 g; Sól: 8.35 g; suma cukrów prostych: 78.14 g; NKT: 28.44 g; Błonnik pokarmowy: 41.85 g;		
poniedziałek 2026-01-19		
Dieta: SZ. MSWiA-ŁATWOSTRAWNA		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g , PASTA DROBIOWO-WARZYWNA B/ML 40g (SEL), SAŁATA 20g , JABŁKO (1 szt.) 150g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), OWSIANKA (mleko 2% tł., płatki owsiane) 300ml (GLU, MLE),	ZUPA ZIEMNIACZANA JARSKA bezmł. (ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 350g (SEL), POTRAWKA Z KURCZAKA Z RODZYNKAMI 200g (GLU), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , BROKUŁ GOTOWANY 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA 30g , SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 40g , POMIDOR KROJONY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SOK WIELOWARZYWNY 330ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1993.89 kcal; Białko ogółem: 104.79 g; Tłuszcz: 51.92 g; Węglowodany ogółem: 288.09 g; Sól: 8.77 g; suma cukrów prostych: 70.28 g; NKT: 24.79 g; Błonnik pokarmowy: 26.90 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-01-19		
Dieta: SZ. MSWiA-ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g , PASTA DROBIOWO-WARZYWNA B/ML 40g (SEL), SAŁATA 20g , JABŁKO PIECZONE 150g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), OWSIANKA (mleko 2% tł., płatki owsiane) 300ml (GLU, MLE),	ZUPA ZIEMNIACZANA JARSKA bezml. (ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 350g (SEL), POTRAWKA Z KURCZAKA Z RODZYNKAMI 200g (GLU), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , PUREE Z DYNI 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA 30g , SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 40g , POMIDOR KROJONY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SOK WIELOWARZYWNY 330ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2012.49 kcal; Białko ogółem: 102.47 g; Tłuszcz: 51.73 g; Węglowodany ogółem: 296.29 g; Sól: 8.76 g; suma cukrów prostych: 76.17 g; NKT: 24.79 g; Błonnik pokarmowy: 26.97 g;		
poniedziałek 2026-01-19		
Dieta: SZ. MSWiA-Z OGR. SUBST POBUDZ. WYDZIELANIE SOKU ŻOŁ		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g , PASTA DROBIOWO-WARZYWNA B/ML 40g (SEL), SAŁATA 20g , JABŁKO PIECZONE 150g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , OWSIANKA (mleko 2% tł., płatki owsiane) 300ml (GLU, MLE),	ZUPA ZIEMNIACZANA JARSKA bezml. (ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 350g (SEL), POTRAWKA Z KURCZAKA Z RODZYNKAMI 200g (GLU), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , PUREE Z DYNI 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA 30g , SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 40g , POMIDOR KROJONY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SOK WIELOWARZYWNY 330ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1980.61 kcal; Białko ogółem: 100.35 g; Tłuszcz: 50.48 g; Węglowodany ogółem: 293.23 g; Sól: 8.69 g; suma cukrów prostych: 73.10 g; NKT: 24.05 g; Błonnik pokarmowy: 26.97 g;		
poniedziałek 2026-01-19		
Dieta: SZ. MSWiA- KONTROLOWANA ZAWARTOŚĆ KW. TŁUSZCZOWYCH		
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g , PASTA DROBIOWO-WARZYWNA B/ML 40g (SEL), WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g , OGÓREK KONSERWOWY 80g , SAŁATA 20g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), OWSIANKA (mleko 2% tł., płatki owsiane) 300ml (GLU, MLE),	ZUPA ZIEMNIACZANA JARSKA bezml. (ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 350g (SEL), POTRAWKA Z KURCZAKA Z RODZYNKAMI 200g (GLU), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , BROKUŁ GOTOWANY 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g , WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA 30g , SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 40g , POMIDOR KROJONY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SOK WIELOWARZYWNY 330ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1933.14 kcal; Białko ogółem: 102.04 g; Tłuszcz: 51.17 g; Węglowodany ogółem: 279.62 g; Sól: 9.41 g; suma cukrów prostych: 65.70 g; NKT: 8.31 g; Błonnik pokarmowy: 31.08 g;		
poniedziałek 2026-01-19		
Dieta: SZ. MSWiA- PĄPKOWATA (PRZETARTA)		
Pieczycwo pszenne bez skórki 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ mielona 30g , PASTA DROBIOWO-WARZYWNA B/ML 40g (SEL), JABŁKO PIECZONE 150g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), OWSIANKA miksowana 300ml (GLU, MLE),	miksowana ZUPA ZIEMNIACZANA JARSKA bezml. (ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 350g (SEL), GOTOWANA PIERŚ MIKSOWANA 100g , ZIEMNIAKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g (MLE), PUREE Z DYNI 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , SOS WŁASNY 100g (GLU),	Pieczycwo pszenne bez skórki 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA mielona 30g , SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 40g , POMIDOR MIKSOWANY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SOK WIELOWARZYWNY 330ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1994.36 kcal; Białko ogółem: 108.53 g; Tłuszcz: 53.98 g; Węglowodany ogółem: 278.67 g; Sól: 8.66 g; suma cukrów prostych: 74.69 g; NKT: 26.45 g; Błonnik pokarmowy: 24.69 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-01-19 Dieta: SZ. MSWiA- PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ		
płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , II Śniadanie: płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Podwieczorek: płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ Z KURCZAKA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2080.60 kcal; Białko ogółem: 140.94 g; Tłuszcz: 124.79 g; Węglowodany ogółem: 94.42 g; Sól: 0.86 g; suma cukrów prostych: 6.77 g; NKT: 8.67 g; Błonnik pokarmowy: 7.50 g;		
poniedziałek 2026-01-19 Dieta: SZ. MSWiA- OGR WĘGL (PRZETARTA)		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 60g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ mielona 30g , JABŁKO PIECZONE 150g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), OWSIANKA miksowana 300ml (GLU, MLE), II Śniadanie: PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 30g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), PASTA DROBOWO-WARZYWNA B/ML 40g (SEL), HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	miksowana ZUPA ZIEMNIACZANA JARSKA bezml. (ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 350g (SEL), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 100g , ZIEMNIAKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g (MLE), PUREE Z DYNI 150g , SOS WŁASNY 100g (GLU), KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Podwieczorek: MASŁANKA (mleko, kultury bakterii) 200ml (MLE),	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA mielona 30g , SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 40g , POMIDOR MIKSOWANY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SOK WIELOWARZYWNY 330ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2085.70 kcal; Białko ogółem: 112.66 g; Tłuszcz: 59.92 g; Węglowodany ogółem: 289.97 g; Sól: 9.03 g; suma cukrów prostych: 89.14 g; NKT: 29.83 g; Błonnik pokarmowy: 36.67 g;		
poniedziałek 2026-01-19 Dieta: SZ. MSWiA- ŁATWOSTR. BEZMLECZNA		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g , WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g , PASTA DROBOWO-WARZYWNA B/ML 40g (SEL), SAŁATA 20g , JABŁKO (1 szt.) 150g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , OWSIANKA BEZMLECZNA (napój owsiany, płatki owsiane) 300ml (GLU),	ZUPA ZIEMNIACZANA JARSKA bezml. (ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 350g (SEL), POTRAWKA Z KURCZAKA Z RODZYNKAMI 200g (GLU), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , BROKUŁ GOTOWANY 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g , WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA 30g , DŻEM BRZOSKWINIOWY NISKOSŁODZONY (brzoskwinie 44%, cukier, woda, pektyny, guma guar) 30g , POMIDOR KROJONY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SOK WIELOWARZYWNY 330ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1825.64 kcal; Białko ogółem: 87.49 g; Tłuszcz: 42.80 g; Węglowodany ogółem: 281.79 g; Sól: 8.09 g; suma cukrów prostych: 58.71 g; NKT: 2.67 g; Błonnik pokarmowy: 24.95 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-01-20 Dieta: SZ. MSWiA-PODSTAWOWA		
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g, TWARÓG 40g (MLE), POMARAŃCZA (1/2 szt.) 120g, SZPINAK ŚWIEŻY 20g, KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), PŁATKI ŻYTNIE (mleko 2%, płatki żytnie) 300ml (MLE),	ZUPA KREM Z KUKURYDZY JARSKA B/ML I B/GL (kukurydza, marchew, ziemniaki) 350ml (SEL), WĄTRÓBKA DROBIOWA Z CEBULKĄ (wątroba drobiowa, mąka pszenna, olej, miód, jabłko) 150g (GLU), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g, SURÓWKA: KAPUSTA BIAŁA Z MARCHEWKĄ (kapusta biała, marchew, pietruszka natka, olej rzepakowy) 150g, KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml,	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), PASTA JAJECZNA (jaja, szczypiorek) 40g (JAJ), WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g, SAŁATKA WIOSENNA (sałata, pomidor, ogórek, olej, zioła suszone) 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: JOGURT OWOCOWY (mleko, kultury bakterii, owoce) 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2029.21 kcal; Białko ogółem: 96.69 g; Tłuszcz: 79.96 g; Węglowodany ogółem: 244.06 g; Sól: 8.18 g; suma cukrów prostych: 72.16 g; NKT: 30.99 g; Błonnik pokarmowy: 27.13 g;		
wtorek 2026-01-20 Dieta: SZ. MSWiA-Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), TWARÓG 40g (MLE), PAPRYKA ŚWIEŻA 80g, SZPINAK ŚWIEŻY 20g, KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), PŁATKI ŻYTNIE (mleko 2%, płatki żytnie) 300ml (MLE), II Śniadanie: PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g (GLU), WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g, MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml,	ZUPA KREM Z KUKURYDZY JARSKA B/ML I B/GL (kukurydza, marchew, ziemniaki) 350ml (SEL), WĄTRÓBKA DROBIOWA Z CEBULKĄ (wątroba drobiowa, mąka pszenna, olej, miód, jabłko) 150g (GLU), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g, SURÓWKA: KAPUSTA BIAŁA Z MARCHEWKĄ (kapusta biała, marchew, pietruszka natka, olej rzepakowy) 75g, KALAFIOR GOTOWANY 75g, KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml, Podwieczorek: WARZYWA KROJONE Z PASTĄ HUMMUS (marchew, ogórek świeży, papryka, olej, ciociorka) 100g,	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), PASTA JAJECZNA (jaja, szczypiorek) 40g (JAJ), WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g, SAŁATKA WIOSENNA (sałata, pomidor, ogórek, olej, zioła suszone) 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY (mleko, kultury bakterii) 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2165.38 kcal; Białko ogółem: 102.35 g; Tłuszcz: 93.80 g; Węglowodany ogółem: 246.94 g; Sól: 8.31 g; suma cukrów prostych: 70.54 g; NKT: 34.18 g; Błonnik pokarmowy: 36.17 g;		
wtorek 2026-01-20 Dieta: SZ. MSWiA-ŁATWOSTRAWNA		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), TWARÓG 40g (MLE), WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g, POMARAŃCZA (1/2 szt.) 120g, SZPINAK ŚWIEŻY 20g, KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), PŁATKI ŻYTNIE (mleko 2%, płatki żytnie) 300ml (MLE),	ZUPA KREM Z KUKURYDZY JARSKA B/ML I B/GL (kukurydza, marchew, ziemniaki) 350ml (SEL), BITKI WIEPRZOWE 100g (GLU), SOS PIECZENIOWY (sos własny, mąka pszenna) 100g (GLU), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g, KALAFIOR GOTOWANY 150g, KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), PASTA JAJECZNA (jaja, szczypiorek) 40g (JAJ), WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g, SAŁATKA WIOSENNA (sałata, pomidor, ogórek, olej, zioła suszone) 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: JOGURT OWOCOWY (mleko, kultury bakterii, owoce) 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2042.12 kcal; Białko ogółem: 106.98 g; Tłuszcz: 75.80 g; Węglowodany ogółem: 243.32 g; Sól: 7.92 g; suma cukrów prostych: 55.93 g; NKT: 30.48 g; Błonnik pokarmowy: 20.14 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-01-20 Dieta: SZ. MSWiA-LATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), MIÓD 30g, WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g, SOK POMARAŃCZOWY 200ml, SZPINAK ŚWIEŻY 20g, KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), PŁATKI ŻYTNIE (mleko 2%, płatki żytnie) 300ml (MLE),	ZUPA KREM Z KUKURYDZY JARSKA B/ML I B/GL (kukurydza, marchew, ziemniaki) 350ml (SEL), BITKI WIEPRZOWE 100g (GLU), SOS PIECZENIOWY (sos własny, mąka pszenna) 100g (GLU), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g, CUKINIA DUSZONA 150g, KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), PASTA Z BIAŁKA JAJ Z KOPERKIEM (białko jaja, jogurt nat.-mleko, kultury bakterii, koperek) 40g (JAJ, MLE), WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g, PASTA Z BIAŁYCH WARZYW 100g (SEL), HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY (mleko, kultury bakterii) 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2143.26 kcal; Białko ogółem: 97.65 g; Tłuszcz: 74.10 g; Węglowodany ogółem: 276.28 g; Sól: 7.78 g; suma cukrów prostych: 65.02 g; NKT: 28.50 g; Błonnik pokarmowy: 18.13 g;		
wtorek 2026-01-20 Dieta: SZ. MSWiA-Z OGR. SUBST POBUDZ. WYDZIELANIE SOKU ŻOŁ		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), MIÓD 30g, WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g, SOK POMARAŃCZOWY 200ml, SZPINAK ŚWIEŻY 20g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, PŁATKI ŻYTNIE (mleko 2%, płatki żytnie) 300ml (MLE),	ZUPA KREM Z KUKURYDZY JARSKA B/ML I B/GL (kukurydza, marchew, ziemniaki) 350ml (SEL), BITKI WIEPRZOWE 100g (GLU), SOS PIECZENIOWY (sos własny, mąka pszenna) 100g (GLU), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g, CUKINIA DUSZONA 150g, KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), PASTA Z BIAŁKA JAJ Z KOPERKIEM (białko jaja, jogurt nat.-mleko, kultury bakterii, koperek) 40g (JAJ, MLE), WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g, PASTA Z BIAŁYCH WARZYW 100g (SEL), HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY (mleko, kultury bakterii) 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2111.38 kcal; Białko ogółem: 95.53 g; Tłuszcz: 72.85 g; Węglowodany ogółem: 273.22 g; Sól: 7.71 g; suma cukrów prostych: 61.95 g; NKT: 27.76 g; Błonnik pokarmowy: 18.13 g;		
wtorek 2026-01-20 Dieta: SZ. MSWiA- KONTROLOWANA ZAWARTOŚĆ KW. TŁUSZCZOWYCH		
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g, WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g, TWARÓG 40g (MLE), POMARAŃCZA (1/2 szt.) 120g, SZPINAK ŚWIEŻY 20g, KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), PŁATKI ŻYTNIE (mleko 2%, płatki żytnie) 300ml (MLE),	ZUPA KREM Z KUKURYDZY JARSKA B/ML I B/GL (kukurydza, marchew, ziemniaki) 350ml (SEL), BITKI WIEPRZOWE 100g (GLU), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g, SOS PIECZENIOWY (sos własny, mąka pszenna) 100g (GLU), SURÓWKA: KAPUSTA BIAŁA Z MARCHEWKĄ (kapusta biała, marchew, pietruszka natka, olej rzepakowy) 150g, KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g, PASTA JAJECZNA (jaja, szczypiorek) 40g (JAJ), WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g, SAŁATKA WIOSENNA (sałata, pomidor, ogórek, olej, zioła suszone) 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: JOGURT OWOCOWY (mleko, kultury bakterii, owoce) 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2066.08 kcal; Białko ogółem: 103.40 g; Tłuszcz: 76.64 g; Węglowodany ogółem: 254.34 g; Sól: 8.09 g; suma cukrów prostych: 68.12 g; NKT: 14.11 g; Błonnik pokarmowy: 26.68 g;		
wtorek 2026-01-20 Dieta: SZ. MSWiA- PAKOWATA (PRZETARTA)		
Pieczycwo pszenne bez skórki 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), TWARÓG mielony 40g (MLE), WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA mielona 30g, SOK POMARAŃCZOWY 200ml, KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), PŁATKI ŻYTNIE miksowane 300ml (MLE),	ZUPA KREM Z KUKURYDZY JARSKA B/ML I B/GL (kukurydza, marchew, ziemniaki) 350ml (SEL), GOTOWANA WIEPRZOWINA miksowana 100g, ZIEMNIAKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g (MLE), CUKINIA DUSZONA miksowana 150g, KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml, SOS PIECZENIOWY (sos własny, mąka pszenna) 100g (GLU),	Pieczycwo pszenne bez skórki 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), PASTA JAJECZNA (jaja, szczypiorek) 40g (JAJ), Wędlina drobiowa mielona 30g, PASTA Z BIAŁYCH WARZYW 100g (SEL), HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: JOGURT OWOCOWY (mleko, kultury bakterii, owoce) 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2022.73 kcal; Białko ogółem: 103.42 g; Tłuszcz: 71.33 g; Węglowodany ogółem: 244.73 g; Sól: 10.99 g; suma cukrów prostych: 64.07 g; NKT: 33.21 g; Błonnik pokarmowy: 17.80 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-01-20		
Dieta: SZ. MSWiA- PŁYNNA WZMOCNIONA		
płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , II Śniadanie: płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Podwieczorek: płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ Z KURCZAKA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2080.60 kcal; Białko ogółem: 140.94 g; Tłuszcz: 124.79 g; Węglowodany ogółem: 94.42 g; Sól: 0.86 g; suma cukrów prostych: 6.77 g; NKT: 8.67 g; Błonnik pokarmowy: 7.50 g;		
wtorek 2026-01-20		
Dieta: SZ. MSWiA- OGR WĘGL (PRZETARTA)		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 60g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), TWARÓG mielony 40g (MLE), SOK POMARAŃCZOWY 200ml , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), PŁATKI ŻYTNIE miksowane 300ml (MLE), II Śniadanie: PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 30g (GLU), WĘDLINA SZYŃKÓWKA WIEPRZOWA mielona 30g , MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	ZUPA KREM Z KUKURYDZY JARSKA B/ML I B/GL (kukurydza, marchew, ziemniaki) 350ml (SEL), GOTOWANA WIEPRZOWINA miksowana 100g , ZIEMNIAKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g (MLE), CUKINIA DUSZONA miksowana 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , SOS PIECZENIOWY (sos własny, mąka pszenna) 100g (GLU), Podwieczorek: KISIEL CYTRYNOWY Z JABŁKIEM (kisiel proszek, jabłko) 200g ,	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), PASTA JAJECZNA (jaja, szczypiorek) 40g (JAJ), Wędlina drobiowa mielona 30g , PASTA Z BIAŁYCH WARZYW 100g (SEL), HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY (mleko, kultury bakterii) 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2162.13 kcal; Białko ogółem: 103.76 g; Tłuszcz: 79.35 g; Węglowodany ogółem: 269.01 g; Sól: 11.09 g; suma cukrów prostych: 86.60 g; NKT: 35.92 g; Błonnik pokarmowy: 30.00 g;		
wtorek 2026-01-20		
Dieta: SZ. MSWiA- ŁATWOSTR. BEZMLECZNA		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g , MIÓD 30g , WĘDLINA SZYŃKÓWKA WIEPRZOWA 30g , POMARAŃCZA (1/2 szt.) 120g , SZPINAK ŚWIEŻY 20g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , PŁATKI ŻYTNIE bezml. (napój sojowy, płatki żytnie) 300ml (SOJ),	ZUPA KREM Z KUKURYDZY JARSKA B/ML I B/GL (kukurydza, marchew, ziemniaki) 350ml (SEL), BITKI WIEPRZOWE 100g (GLU), SOS KOPERKOWY NIEZABIELANY 100g (GLU), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , KALAFIOR GOTOWANY 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g , PASTA JAJECZNA (jaja, szczypiorek) 40g (JAJ), WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g , SAŁATKA WIOSENNA (sałata, pomidor, ogórek, olej, zioła suszone) 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: WAFLE KUKURYDZIANE 35g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2044.37 kcal; Białko ogółem: 95.06 g; Tłuszcz: 68.77 g; Węglowodany ogółem: 269.37 g; Sól: 7.50 g; suma cukrów prostych: 31.92 g; NKT: 7.91 g; Błonnik pokarmowy: 23.88 g;		