

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA położnictwo		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-01-21 Dieta: SZ. MSWiA-PODST. (POL/GIN)		
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), POMIDOR KROJONY 80g , RUKOLA 20g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), KASZA JAGLANA (MLEKO 2% tł., kasza jaglana) 300ml (MLE),	ZUPA ROSÓŁ Z MAKARONEM (mięso drobiowe, marchew, seler, por, makaron z mąki durum) 350ml (GLU, SEL), UDKO PIECZONE (cwiartka kurczaka, przyprawa do kurczaka, olej) 150g , ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , MARCHEWKA Z GROSZKIEM (marchew, groszek) 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Podwieczorek: KOKTAJL OWOCE LEŚNE (maliny, czarne porzeczki, maślanka- mleko, kultury bakterii) 200g (MLE),	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), SAŁATKA JARZYNOWA (marchew, seler, groszek, ziemniaki, jog. nat.) 150g (MLE), WĘDLINA Z INDYKA 30g , SAŁATA LODOWA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: WAFLE ORKISZOWE 35g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2416.98 kcal; Białko ogółem: 107.06 g; Tłuszcz: 96.29 g; Węglowodany ogółem: 294.26 g; Sól: 8.50 g; suma cukrów prostych: 77.02 g; NKT: 42.23 g; Błonnik pokarmowy: 34.28 g;		
środa 2026-01-21 Dieta: SZ. MSWiA-LATWOSTRAWNA (POL/GIN)		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SUCHA WIEPRZOWA 30g , mozzarella 40g (MLE), POMIDOR KROJONY 80g , RUKOLA 20g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), KASZA JAGLANA (MLEKO 2% tł., kasza jaglana) 300ml (MLE),	ZUPA ROSÓŁ Z MAKARONEM (mięso drobiowe, marchew, seler, por, makaron z mąki durum) 350ml (GLU, SEL), UDKO DUSZONE (cwiartka kurczaka, przyprawy) 150g , ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , MARCHEW GOTOWANA 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , SOS BESZAMELOWY (masło, mleko, mąka) 100g (GLU, MLE), Podwieczorek: KOKTAJL OWOCE LEŚNE (maliny, czarne porzeczki, maślanka- mleko, kultury bakterii) 200g (MLE),	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA Z INDYKA 30g , SAŁATKA JARZYNOWA (marchew, seler, groszek, ziemniaki, jog. nat.) 150g (MLE), SAŁATA LODOWA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: WAFLE ORKISZOWE 35g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2383.55 kcal; Białko ogółem: 111.75 g; Tłuszcz: 87.80 g; Węglowodany ogółem: 297.41 g; Sól: 8.62 g; suma cukrów prostych: 77.63 g; NKT: 39.72 g; Błonnik pokarmowy: 27.32 g;		
środa 2026-01-21 Dieta: SZ. MSWiA-OGR WĘGL. (POL/GIN)		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SUCHA WIEPRZOWA 30g , POMIDOR KROJONY 80g , RUKOLA 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), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), mozzarella 40g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	ZUPA ROSÓŁ Z MAKARONEM (mięso drobiowe, marchew, seler, por, makaron z mąki durum) 350ml (GLU, SEL), UDKO PIECZONE (cwiartka kurczaka, przyprawa do kurczaka, olej) 150g , ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , SURÓWKA: OGÓREK KISZONY KROJONY Z KOPERKIEM (ogórek kiszony, koperek, olej) 75g , MARCHEWKA Z GROSZKIEM (marchew, groszek) 75g , Podwieczorek: KOKTAJL OWOCE 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), SAŁATKA JARZYNOWA (marchew, seler, groszek, ziemniaki, jog. nat.) 150g (MLE), WĘDLINA Z INDYKA 30g , SAŁATA LODOWA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: WAFLE ORKISZOWE 35g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2348.41 kcal; Białko ogółem: 105.24 g; Tłuszcz: 99.10 g; Węglowodany ogółem: 273.96 g; Sól: 9.80 g; suma cukrów prostych: 62.37 g; NKT: 43.78 g; Błonnik pokarmowy: 36.59 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA położnictwo		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-01-22 Dieta: SZ. MSWiA-PODST. (POŁ/GIN)		
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA OGONÓWKA WIEPRZOWA 30g, JAJKO GOTOWANE 1szt (JAJ), OGÓREK ŚWIEŻY KROJONY 80g, KIEŁKI 20g, KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), PŁATKI ORKISZOWE (mleko2%, płatki orkiszowe) 300ml (MLE),	ZUPA BARSZCZ BIAŁY jarski zabieleny 350ml (MLE, SEL), PIECZEŃ WIEPRZOWA Z WARZYWAMI (jaja, gluten, wieprzowina, marchew, cukinia, papryka, olej) 150g (GLU, JAJ), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g, SURÓWKA: KAPUSTA CZERWONA (kapusta czerwona, sól, cukier, olej rzepakowy) 150g, KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml, Podwieczorek: BUDYŃ WANILIOWY (mleko 2%, budyń proszek) 200g (MLE),	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 Z WARZYWAMI 30g, SAŁATKA Z BURAKA NA RUKOLI (rukola, burak, słonecznik, ser fawita) 100g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: SEREK HOMOGENIZOWANY (ser twarogowy odtłuszczony, śmietanka) 140g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2491.25 kcal; Białko ogółem: 135.94 g; Tłuszcz: 88.48 g; Węglowodany ogółem: 300.85 g; Sól: 6.03 g; suma cukrów prostych: 103.05 g; NKT: 40.21 g; Błonnik pokarmowy: 27.04 g;		
czwartek 2026-01-22 Dieta: SZ. MSWiA-LATWOSTRAWNA (POŁ/GIN)		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA OGONÓWKA WIEPRZOWA 30g, JAJKO GOTOWANE 1szt (JAJ), KIEŁKI 20g, MANDARYNKA (1 szt) 65g, KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), PŁATKI ORKISZOWE (mleko2%, płatki orkiszowe) 300ml (MLE),	ZUPA BARSZCZ BIAŁY jarski zabieleny 350ml (MLE, SEL), PIECZEŃ WIEPRZOWA Z WARZYWAMI (jaja, gluten, wieprzowina, marchew, cukinia, papryka, olej) 150g (GLU, JAJ), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g, SOS PIECZENIOWY (sos własny, mąka pszenna) 100g (GLU), SZPINAK GOTOWANY 150g, KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml, Podwieczorek: BUDYŃ WANILIOWY (mleko 2%, budyń proszek) 200g (MLE),	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA Z WARZYWAMI 30g, SER TOPIONY (plastry) 40g (MLE), SAŁATKA Z BURAKA NA RUKOLI (rukola, burak, słonecznik, ser fawita) 100g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: SEREK HOMOGENIZOWANY (ser twarogowy odtłuszczony, śmietanka) 140g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2483.93 kcal; Białko ogółem: 141.41 g; Tłuszcz: 85.83 g; Węglowodany ogółem: 296.90 g; Sól: 5.89 g; suma cukrów prostych: 82.56 g; NKT: 40.11 g; Błonnik pokarmowy: 21.83 g;		
czwartek 2026-01-22 Dieta: SZ. MSWiA-OGR WĘGL. (POŁ/GIN)		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), WĘDLINA OGONÓWKA WIEPRZOWA 30g, OGÓREK ŚWIEŻY KROJONY 80g, KIEŁKI 20g, KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), PŁATKI ORKISZOWE (mleko2%, płatki orkiszowe) 300ml (MLE), II Śniadanie: JAJKO GOTOWANE 1szt (JAJ), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g (GLU), HERBATA BEZ CUKRU 250ml,	ZUPA BARSZCZ BIAŁY jarski zabieleny 350ml (MLE, SEL), PIECZEŃ WIEPRZOWA Z WARZYWAMI (jaja, gluten, wieprzowina, marchew, cukinia, papryka, olej) 150g (GLU, JAJ), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g, SZPINAK GOTOWANY 75g, SURÓWKA: KAPUSTA CZERWONA (kapusta czerwona, sól, cukier, olej rzepakowy) 75g, KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml, Podwieczorek: BUDYŃ WANILIOWY BEZ CUKRU (mleko 2%, budyń proszek) 200g (MLE),	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), SER TOPIONY (plastry) 40g (MLE), WĘDLINA Z WARZYWAMI 30g, SAŁATKA Z BURAKA NA RUKOLI (rukola, burak, słonecznik, ser fawita) 100g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: SEREK HOMOGENIZOWANY (ser twarogowy odtłuszczony, śmietanka) 140g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2457.91 kcal; Białko ogółem: 136.26 g; Tłuszcz: 91.75 g; Węglowodany ogółem: 287.86 g; Sól: 6.10 g; suma cukrów prostych: 90.84 g; NKT: 42.85 g; Błonnik pokarmowy: 32.84 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA położnictwo		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-01-23 Dieta: SZ. MSWiA-PODST. (POŁ/GIN)		
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), SEREK KANAPKOWY TWAROGOWY (ser twarogowy, sól) 40g (MLE), WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA SUROWA 30g, KIWI (1 szt.) 75g, SZPINAK ŚWIEŻY 20g, KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU , MLE), OWSIANKA (mleko 2% tł., płatki owsiane) 300ml (GLU , MLE),	ZUPA KAPUŚNIAK JARSKI (kapusta kiszona, mąka pszenne, ziemniaki, włoszczyzna) 350ml (GLU , SEL), KNEDLE z owocami (mąka, jajko, ziemniaki, owoce) 250g (GLU , JAJ), SOS JOGURTOWO-CYNAMONOWY (jogurt) 50g (MLE), SOK WIELOWARZYWNY 330ml, KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml, Podwieczorek: SAŁATKA GRECKA (sałata, ser sałatkowy, pomidor, ogórek, oliwa, pieprz, zioła suszone) 150g (MLE),	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 POŁĘDWICA WIEPRZOWA wędzona 30g, POMIDOR KROJONY 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: MUS WIELOWARZYWNY 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2457.90 kcal; Białko ogółem: 91.47 g; Tłuszcz: 81.56 g; Węglowodany ogółem: 355.57 g; Sól: 9.89 g; suma cukrów prostych: 76.89 g; NKT: 39.69 g; Błonnik pokarmowy: 34.89 g;		
piątek 2026-01-23 Dieta: SZ. MSWiA-LATWOSTRAWNA (POŁ/GIN)		
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 POŁĘDWICA WIEPRZOWA SUROWA 30g, SZPINAK ŚWIEŻY 20g, KIWI (1 szt.) 75g, 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), SOS JOGURTOWO-CYNAMONOWY (jogurt) 50g (MLE), KNEDLE z owocami (mąka, jajko, ziemniaki, owoce) 250g (GLU , JAJ), SOK WIELOWARZYWNY 330ml, KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml, Podwieczorek: SAŁATKA GRECKA (sałata, ser sałatkowy, pomidor, ogórek, oliwa, pieprz, zioła suszone) 150g (MLE),	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA wędzona 30g, PASTA Z TUŃCZYKA BEZMLECZNA (tuńczyk, koper, ogórek kiszony) 40g (RYB), POMIDOR KROJONY 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: MUS WIELOWARZYWNY 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2471.68 kcal; Białko ogółem: 94.32 g; Tłuszcz: 81.21 g; Węglowodany ogółem: 354.15 g; Sól: 9.53 g; suma cukrów prostych: 75.99 g; NKT: 39.72 g; Błonnik pokarmowy: 28.66 g;		
piątek 2026-01-23 Dieta: SZ. MSWiA-OGR WĘGL. (POŁ/GIN)		
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), RZODKIEWKA 80g, SZPINAK ŚWIEŻY 20g, KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU , MLE), OWSIANKA (mleko 2% tł., płatki owsiane) 300ml (GLU , MLE), II Śniadanie: WĘDLINA POŁĘDWICA 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 KAPUŚNIAK JARSKI (kapusta kiszona, mąka pszenne, ziemniaki, włoszczyzna) 350ml (GLU , SEL), KNEDLE z owocami (mąka, jajko, ziemniaki, owoce) 250g (GLU , JAJ), SOS JOGURTOWO-CYNAMONOWY (jogurt) 50g (MLE), SOK WIELOWARZYWNY 330ml, KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml, Podwieczorek: SAŁATKA GRECKA (sałata, ser sałatkowy, pomidor, ogórek, oliwa, pieprz, zioła suszone) 150g (MLE),	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), PASTA Z TUŃCZYKA BEZMLECZNA (tuńczyk, koper, ogórek kiszony) 40g (RYB), WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA wędzona 30g, POMIDOR KROJONY 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: MUS WIELOWARZYWNY 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2464.11 kcal; Białko ogółem: 91.33 g; Tłuszcz: 85.95 g; Węglowodany ogółem: 350.95 g; Sól: 10.10 g; suma cukrów prostych: 74.19 g; NKT: 42.38 g; Błonnik pokarmowy: 41.25 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA położnictwo		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-01-24 Dieta: SZ. MSWiA-PODST. (POŁ/GIN)		
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 30g (MLE), JABŁKO (1 szt.) 150g, SAŁATA 20g, KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), RYŻ NA MLEKU (mleko 2% tł., ryż) 300ml (MLE),	ZUPA KOPERKOWA JARSKA (seler, pietruszka, marchew, ziemniaki, koper, mąka pszenna) 350ml (GLU, SEL), GULASZ WIEPRZOWY Z CUKINIĄ I PIECZARKAMI (wieprzowina, mąka pszenna, cukinia, pieczarki) 200g (GLU), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g, BURACZKI TARTE gotowane (buraki, olej) 150g, KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml, Podwieczorek: KISIEL WIŚNIOWY Z TRUSKAWKAMI (skrobia ziemniaczana, sok z wiśni, cukier, truskawki) 200g,	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 40g, WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA 30g, OGÓREK KISZONY Z RZODKIEWKĄ I KOPERKIEM 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: SOK OWOCOWY PRZECIEROWY 330ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2256.13 kcal; Białko ogółem: 90.93 g; Tłuszcz: 80.84 g; Węglowodany ogółem: 296.82 g; Sól: 9.52 g; suma cukrów prostych: 86.96 g; NKT: 32.94 g; Błonnik pokarmowy: 27.25 g;		
sobota 2026-01-24 Dieta: SZ. MSWiA-LATWOSTRAWNA (POŁ/GIN)		
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), SAŁATA 20g, JABŁKO (1 szt.) 150g, KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), RYŻ NA MLEKU (mleko 2% tł., ryż) 300ml (MLE),	ZUPA KOPERKOWA JARSKA (seler, pietruszka, marchew, ziemniaki, koper, mąka pszenna) 350ml (GLU, SEL), GULASZ WIEPRZOWY Z CUKINIĄ I PIECZARKAMI (wieprzowina, mąka pszenna, cukinia, pieczarki) 200g (GLU), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g, BURACZKI TARTE gotowane (buraki, olej) 150g, KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml, Podwieczorek: KISIEL WIŚNIOWY Z TRUSKAWKAMI (skrobia ziemniaczana, sok z wiśni, cukier, truskawki) 200g,	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, PASTA Z ZIELONYCH WARZYW 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: SOK OWOCOWY PRZECIEROWY 330ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2235.97 kcal; Białko ogółem: 91.29 g; Tłuszcz: 76.53 g; Węglowodany ogółem: 298.28 g; Sól: 8.94 g; suma cukrów prostych: 86.28 g; NKT: 34.77 g; Błonnik pokarmowy: 21.39 g;		
sobota 2026-01-24 Dieta: SZ. MSWiA-OGR WĘGL. (POŁ/GIN)		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g, JABŁKO (1 szt.) 150g, SAŁATA 20g, KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), RYŻ NA MLEKU (mleko 2% tł., ryż) 300ml (MLE), II Śniadanie: SER ŻÓŁTY 30g (MLE), PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml,	ZUPA KOPERKOWA JARSKA (seler, pietruszka, marchew, ziemniaki, koper, mąka pszenna) 350ml (GLU, SEL), GULASZ WIEPRZOWY Z CUKINIĄ I PIECZARKAMI (wieprzowina, mąka pszenna, cukinia, pieczarki) 200g (GLU), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g, BURACZKI TARTE gotowane (buraki, olej) 150g, KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml, Podwieczorek: KISIEL WIŚNIOWY Z TRUSKAWKAMI bez cukru (skrobia ziemniaczana, sok z wiśni, truskawki) 200g,	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 40g, WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA 30g, OGÓREK KISZONY Z RZODKIEWKĄ I KOPERKIEM 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY 330ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2252.01 kcal; Białko ogółem: 93.03 g; Tłuszcz: 85.88 g; Węglowodany ogółem: 293.09 g; Sól: 11.30 g; suma cukrów prostych: 79.70 g; NKT: 35.81 g; Błonnik pokarmowy: 36.65 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA położnictwo		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-01-25 Dieta: SZ. MSWiA-PODST. (POŁGIN)		
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g, PASTA DROBOWO-WARZYWNA B/ML 40g (SEL), POMARAŃCZA (1/2 szt.) 120g, RUKOLA 20g, KAKAO (mleko 2% tł., kakao naturalne) 250ml (MLE), KASZKA KUKURYDZIANA (mleko 2% tł., kasza kukurydziana) 300ml (MLE),	ZUPA KALAFIOROWA JARSKA (kalafior, ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 350ml (GLU, MLE, SEL), KOTLET Z KURY PANIEROWANY (fiet z kurczaka, jaja, bułka tarta, olej rzepakowy) 100g (GLU, JAJ, MLE), ZIEMNIANKI GOTOWANE 250g, SAŁATA Z JOGURTEM I KOPERKIEM 150g (MLE), KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml, Podwieczorek: JOGURT OWOCOWY (mleko, kultury bakterii, owoce) 1szt (MLE),	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), MIÓD 30g, WĘDLINA DROBOWA z kurczaka 30g, POMIDOR KROJONY 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: PRZEKAŚKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2182.42 kcal; Białko ogółem: 95.60 g; Tłuszcz: 72.96 g; Węglowodany ogółem: 294.81 g; Sól: 5.32 g; suma cukrów prostych: 66.26 g; NKT: 28.36 g; Błonnik pokarmowy: 27.70 g;		
niedziela 2026-01-25 Dieta: SZ. MSWiA-LATWOSTRAWNA (POŁGIN)		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g, PASTA DROBOWO-WARZYWNA B/ML 40g (SEL), RUKOLA 20g, POMARAŃCZA (1/2 szt.) 120g, KAKAO (mleko 2% tł., kakao naturalne) 250ml (MLE), KASZKA KUKURYDZIANA (mleko 2% tł., kasza kukurydziana) 300ml (MLE),	ZUPA KALAFIOROWA JARSKA (kalafior, ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 350ml (GLU, MLE, SEL), FILET DROBOWY DUSZONY 100g, SOS CYTRYNOWY 100ml (GLU, MLE), ZIEMNIANKI GOTOWANE 250g, SAŁATA Z JOGURTEM I KOPERKIEM 150g (MLE), KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml, Podwieczorek: JOGURT OWOCOWY (mleko, kultury bakterii, owoce) 1szt (MLE),	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA DROBOWA z kurczaka 30g, MIÓD 30g, POMIDOR KROJONY 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: PRZEKAŚKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2233.52 kcal; Białko ogółem: 110.40 g; Tłuszcz: 74.84 g; Węglowodany ogółem: 284.32 g; Sól: 5.35 g; suma cukrów prostych: 62.77 g; NKT: 29.12 g; Błonnik pokarmowy: 20.77 g;		
niedziela 2026-01-25 Dieta: SZ. MSWiA-OGR WĘGL. (POŁGIN)		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g, PAPRYKA ŚWIEŻA 80g, RUKOLA 20g, KAKAO (mleko 2% tł., kakao naturalne) 250ml (MLE), KASZKA KUKURYDZIANA (mleko 2% tł., kasza kukurydziana) 300ml (MLE), II Śniadanie: PASTA DROBOWO-WARZYWNA B/ML 40g (SEL), PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml,	ZUPA KALAFIOROWA JARSKA (kalafior, ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 350ml (GLU, MLE, SEL), KOTLET Z KURY PANIEROWANY (fiet z kurczaka, jaja, bułka tarta, olej rzepakowy) 100g (GLU, JAJ, MLE), ZIEMNIANKI GOTOWANE 250g, FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA 75g, SAŁATA Z JOGURTEM I KOPERKIEM 75g (MLE), 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), PASZTET SOJOWY (woda, olej rzepakowy, białko sojowe, cebula, skrobia kukurydziana, konc. pomid., gorczyca, sól) 40g (SOJ), WĘDLINA DROBOWA z kurczaka 30g, POMIDOR KROJONY 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: PRZEKAŚKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2248.33 kcal; Białko ogółem: 101.12 g; Tłuszcz: 88.88 g; Węglowodany ogółem: 273.79 g; Sól: 5.49 g; suma cukrów prostych: 65.18 g; NKT: 30.96 g; Błonnik pokarmowy: 34.55 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA położnictwo		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-01-26 Dieta: SZ. MSWiA-PODST. (POL/GIN)		
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA Z WARZYWAMI 30g, TWARÓG Z KOPERKIEM (twaróg półtłusty, koper, jogurt naturalny) 40g (MLE), OGÓREK KISZONY KROJONY 80g, ROSZPONKA 20g, KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), MAKARON NA MLEKU (mleko 2% tł., makaron z pszenicy durum) 300ml (GLU, MLE),	ZUPA KREM BROKUŁOWA (brokuł, marchew, pietruszka, ziemniaki) 350ml (SEL), SZYNKA PIECZONA (szynka, olej, liść laurowy, pieprz, sól) 100g, ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g, SURÓWKA: MARCHEW Z ANANASEM I SŁONECZNIKIEM (marchew, ananas kons., słonecznik) 150g, KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml, SOS WŁASNY 100g (GLU), Podwieczorek: SAŁATKA JAGLANA Z FASOLĄ SZPARAGOWĄ (kasza jaglana, fasolka szpar., papryka św., ogórek św., oliwa, pietruszka) 150g,	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, PASTA JAJECZNA (jaja, szczypiorek) 40g (JAJ), SAŁATKA WIOSENNA (sałata, pomidor, ogórek, olej, ziola suszone) 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: CIASTECZKA OWSIANE Z ŻURAWINĄ (płatki owsiane, jaja, żurawina) 50g (GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2293.52 kcal; Białko ogółem: 109.39 g; Tłuszcz: 77.05 g; Węglowodany ogółem: 306.72 g; Sól: 13.38 g; suma cukrów prostych: 70.14 g; NKT: 31.96 g; Błonnik pokarmowy: 28.54 g;		
poniedziałek 2026-01-26 Dieta: SZ. MSWiA-LATWOSTRAWNA (POL/GIN)		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA Z WARZYWAMI 30g, TWARÓG Z JOGURTEM (twaróg półtłusty, jogurt naturalny) 40g (MLE), ROSZPONKA 20g, MANDARYNKA (1 szt) 65g, KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), MAKARON NA MLEKU (mleko 2% tł., makaron z pszenicy durum) 300ml (GLU, MLE),	ZUPA KREM BROKUŁOWA (brokuł, marchew, pietruszka, ziemniaki) 350ml (SEL), SZYNKA DUSZONA (szynka, liść laurowy, pieprz, sól) 100g, ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g, SURÓWKA: MARCHEW Z ANANASEM I SŁONECZNIKIEM (marchew, ananas kons., słonecznik) 150g, KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml, SOS WŁASNY 100g (GLU), Podwieczorek: SAŁATKA JAGLANA Z FASOLĄ SZPARAGOWĄ (kasza jaglana, fasolka szpar., papryka św., ogórek św., oliwa, pietruszka) 150g,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA SUROWA 30g, PASTA JAJECZNA (jaja, szczypiorek) 40g (JAJ), SAŁATKA WIOSENNA (sałata, pomidor, ogórek, olej, ziola suszone) 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: CIASTECZKA OWSIANE Z ŻURAWINĄ (płatki owsiane, jaja, żurawina) 50g (GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2270.27 kcal; Białko ogółem: 109.40 g; Tłuszcz: 71.32 g; Węglowodany ogółem: 311.24 g; Sól: 12.49 g; suma cukrów prostych: 72.35 g; NKT: 31.43 g; Błonnik pokarmowy: 22.85 g;		
poniedziałek 2026-01-26 Dieta: SZ. MSWiA-OGR WĘGL. (POL/GIN)		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 50g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), WĘDLINA Z WARZYWAMI 30g, OGÓREK KISZONY KROJONY 80g, ROSZPONKA 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: TWARÓG Z JOGURTEM (twaróg półtłusty, jogurt naturalny) 40g (MLE), PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 40g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml,	ZUPA KREM BROKUŁOWA (brokuł, marchew, pietruszka, ziemniaki) 350ml (SEL), SZYNKA PIECZONA (szynka, olej, liść laurowy, pieprz, sól) 100g, ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g, KALAFIOR GOTOWANY 75g, SURÓWKA: MARCHEW Z ANANASEM I SŁONECZNIKIEM (marchew, ananas kons., słonecznik) 75g, SOS WŁASNY 100g (GLU), 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 POŁĘDWICA WIEPRZOWA SUROWA 30g, PASTA JAJECZNA (jaja, szczypiorek) 40g (JAJ), SAŁATKA WIOSENNA (sałata, pomidor, ogórek, olej, ziola suszone) 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: SOK WIELOWARZYWNY 330ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2306.15 kcal; Białko ogółem: 109.70 g; Tłuszcz: 81.64 g; Węglowodany ogółem: 303.48 g; Sól: 13.89 g; suma cukrów prostych: 69.79 g; NKT: 34.22 g; Błonnik pokarmowy: 33.25 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA położnictwo		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-01-27		
Dieta: SZ. MSWiA-PODST. (POŁ/GIN)		
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA OGONÓWKA WIEPRZOWA 30g , PASTA Z MAKRELI bezmleczna 40g (RYB), KIWI (1 szt.) 75g , SAŁATA 20g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), PŁATKI ŻYTNIE (mleko 2%, płatki żytnie) 300ml (MLE),	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM JARSKA (seler, pietruszka, marchew, konc. pomid., ryż) 350ml (GLU, SEL), ROLADKA SCHABOWA Z PIECZARKAMI (schab, pieczarki) 120g , KASZA JĘCZMIENNA 250g (GLU), SURÓWKA: SELER Z SOSEM ŚMIET.-JOGURTOWYM (seler, jogurt nat., śmietana 18%) 150g (MLE, SEL), KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Podwieczorek: GALARETKA Z TRUSKAWKAMI 150g ,	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 POŁĘDWICA Z INDYKA 30g , POMIDOR KROJONY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SOK Z BURAKA 330ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1894.88 kcal; Białko ogółem: 91.70 g; Tłuszcz: 51.83 g; Węglowodany ogółem: 273.21 g; Sól: 4.85 g; suma cukrów prostych: 82.88 g; NKT: 26.83 g; Błonnik pokarmowy: 27.90 g;		
wtorek 2026-01-27		
Dieta: SZ. MSWiA-LATWOSTRAWNA (POŁ/GIN)		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA OGONÓWKA WIEPRZOWA 30g , PASTA Z GOTOWANEJ RYBY Z WARZYWAMI (ryba, seler, marchew) 40g (RYB, SEL), SAŁATA 20g , KIWI (1 szt.) 75g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), PŁATKI ŻYTNIE (mleko 2%, płatki żytnie) 300ml (MLE),	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM JARSKA (seler, pietruszka, marchew, konc. pomid., ryż) 350ml (GLU, SEL), ROLADKA SCHABOWA Z PIECZARKAMI (schab, pieczarki) 120g , SOS PIECZENIOWY (sos własny, mąka pszenna) 100g (GLU), KASZA JĘCZMIENNA 250g (GLU), SURÓWKA: SELER Z SOSEM ŚMIET.-JOGURTOWYM (seler, jogurt nat., śmietana 18%) 150g (MLE, SEL), KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Podwieczorek: GALARETKA Z TRUSKAWKAMI 150g ,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA POŁĘDWICA Z INDYKA 30g , SER TOPIONY (plastry) 40g (MLE), POMIDOR KROJONY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SOK Z BURAKA 330ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1961.60 kcal; Białko ogółem: 96.79 g; Tłuszcz: 49.22 g; Węglowodany ogółem: 288.28 g; Sól: 4.40 g; suma cukrów prostych: 81.93 g; NKT: 26.19 g; Błonnik pokarmowy: 22.82 g;		
wtorek 2026-01-27		
Dieta: SZ. MSWiA-OGR WĘGL. (POŁ/GIN)		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), WĘDLINA OGONÓWKA WIEPRZOWA 30g , RZODKIEWKA 80g , SAŁATA 20g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), PŁATKI ŻYTNIE (mleko 2%, płatki żytnie) 300ml (MLE), II Śniadanie: PASTA Z MAKRELI bezmleczna 40g (RYB), PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM JARSKA (seler, pietruszka, marchew, konc. pomid., ryż) 350ml (GLU, SEL), ROLADKA SCHABOWA Z PIECZARKAMI (schab, pieczarki) 120g , KASZA JĘCZMIENNA 250g (GLU), SOS PIECZENIOWY (sos własny, mąka pszenna) 100g (GLU), SURÓWKA: SELER Z SOSEM ŚMIET.-JOGURTOWYM (seler, jogurt nat., śmietana 18%) 75g (MLE, SEL), CUKINIA DUSZONA 75g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Podwieczorek: GALARETKA Z TRUSKAWKAMI bez dodatku cukru (galaretkę proszek, truskawki, żelatyna) 150g ,	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), SER TOPIONY (plastry) 40g (MLE), WĘDLINA POŁĘDWICA Z INDYKA 30g , POMIDOR KROJONY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SOK Z BURAKA 330ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1956.58 kcal; Białko ogółem: 93.75 g; Tłuszcz: 56.42 g; Węglowodany ogółem: 279.14 g; Sól: 4.97 g; suma cukrów prostych: 78.40 g; NKT: 29.54 g; Błonnik pokarmowy: 33.20 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA położnictwo		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-01-28 Dieta: SZ. MSWiA-PODST. (POL/GIN)		
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA 30g , mozzarella 40g (MLE), JABŁKO (1 szt.) 150g , RUKOLA 20g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), K. B. KASZA MANNA (mleko 2% tł., kasza manna) 300ml (GLU, MLE),	ZUPA NEAPOLITAŃSKA (marchew, seler, pietruszka, serek topiony, makaron-pszenica durum, m. pszenna, masło) 350ml (MLE, SEL), KOTLECICKI Z INDYKA Z WARZYWAMI (indyk, jajko, bułka tarta, warzywa, olej) 120g (GLU, JAJ), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , SURÓWKA: KAPUSTA BIAŁA Z MARCHEWKĄ (kapusta biała, marchew, pietruszka natka, olej rzepakowy) 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Podwieczorek: CIASTO MARCHEWKOWE (mąka pszenna, marchew, jajka, olej) 100g (GLU, JAJ, MLE),	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), SAŁATKA JARZYNOWA (marchew, seler, groszek, ziemniaki, jog. nat.) 150g (MLE), WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g , SAŁATA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: JOGURT OWOCOWY (mleko, kultury bakterii, owoce) 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2597.18 kcal; Białko ogółem: 105.93 g; Tłuszcz: 110.41 g; Węglowodany ogółem: 308.85 g; Sól: 11.82 g; suma cukrów prostych: 82.26 g; NKT: 55.00 g; Błonnik pokarmowy: 28.73 g;		
środa 2026-01-28 Dieta: SZ. MSWiA-LATWOSTRAWNA (POL/GIN)		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA 30g , mozzarella 40g (MLE), RUKOLA 20g , JABŁKO (1 szt.) 150g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), K. B. KASZA MANNA (mleko 2% tł., kasza manna) 300ml (GLU, MLE),	ZUPA NEAPOLITAŃSKA (marchew, seler, pietruszka, serek topiony, makaron-pszenica durum, m. pszenna, masło) 350ml (MLE, SEL), PULPECICKI Z INDYKA (indyk, jajka, bułka tarta) 120g (JAJ), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , SOS CYTRYNOWY 100ml (GLU, MLE), SZPINAK GOTOWANY 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Podwieczorek: CIASTO MARCHEWKOWE (mąka pszenna, marchew, jajka, olej) 100g (GLU, JAJ, MLE),	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g , SAŁATKA JARZYNOWA (marchew, seler, groszek, ziemniaki, jog. nat.) 150g (MLE), SAŁATA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: JOGURT OWOCOWY (mleko, kultury bakterii, owoce) 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2503.56 kcal; Białko ogółem: 117.67 g; Tłuszcz: 101.57 g; Węglowodany ogółem: 289.23 g; Sól: 15.89 g; suma cukrów prostych: 66.12 g; NKT: 54.65 g; Błonnik pokarmowy: 20.01 g;		
środa 2026-01-28 Dieta: SZ. MSWiA-GR WĘGL. (POL/GIN)		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA 30g , PAPRYKA ŚWIEŻA 80g , RUKOLA 20g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), K. B. KASZA MANNA (mleko 2% tł., kasza manna) 300ml (GLU, MLE), II Śniadanie: mozzarella 40g (MLE), PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	ZUPA NEAPOLITAŃSKA (marchew, seler, pietruszka, serek topiony, makaron-pszenica durum, m. pszenna, masło) 350ml (MLE, SEL), KOTLECICKI Z INDYKA Z WARZYWAMI (indyk, jajko, bułka tarta, warzywa, olej) 120g (GLU, JAJ), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , SURÓWKA: KAPUSTA BIAŁA Z MARCHEWKĄ (kapusta biała, marchew, pietruszka natka, olej rzepakowy) 75g , SZPINAK GOTOWANY 75g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Podwieczorek: CIASTO MARCHEWKOWE (mąka pszenna, marchew, jajka, olej) 100g (GLU, JAJ, MLE),	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), SAŁATKA JARZYNOWA (marchew, seler, groszek, ziemniaki, jog. nat.) 150g (MLE), WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g , SAŁATA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY (mleko, kultury bakterii) 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2611.68 kcal; Białko ogółem: 109.68 g; Tłuszcz: 117.48 g; Węglowodany ogółem: 297.05 g; Sól: 11.87 g; suma cukrów prostych: 73.24 g; NKT: 57.74 g; Błonnik pokarmowy: 33.32 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA położnictwo		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-01-29 Dieta: SZ. MSWiA-PODST. (POL/GIN)		
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SUCHA WIEPRZOWA 30g , SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 40g , SZPINAK ŚWIEŻY 20g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), PŁATKI ORKISZOWE (mleko2%, płatki orkiszowe) 300ml (MLE), OGÓREK KONSERWOWY 80g ,	ZUPA OGÓRKOWA JARSKA (ogórek kiszony, ziemniak, marchew, seler, pietruszka) 350ml (SEL), MIELONE Z ŁOPATKI W SOSIE POMIDOROWYM (wieprzowina łopatka, pomidory, sól, oregano, olej) 150g (GLU), MAKARON PEŁNOZIARNISTY 250g (GLU), SURÓWKA: PEKINKA Z MARCHEWKĄ (k. pekińska, marchew, koper, olej rzepakowy) 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Podwieczorek: KOKTAJL KEFIR Z BRZOSKWINIĄ 200g (MLE),	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), GALARETKA DROBIOWA (pierś z kurczaka, marchew, groszek konserw., żelatyna) 100g , WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA wędzona 30g , POMIDOR KROJONY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: PRZEKAŚKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2255.87 kcal; Białko ogółem: 110.88 g; Tłuszcz: 77.84 g; Węglowodany ogółem: 292.27 g; Sól: 8.56 g; suma cukrów prostych: 69.26 g; NKT: 31.78 g; Błonnik pokarmowy: 27.42 g;		
czwartek 2026-01-29 Dieta: SZ. MSWiA-LATWOSTRAWNA (POL/GIN)		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SUCHA WIEPRZOWA 30g , SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 40g , SZPINAK ŚWIEŻY 20g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), PŁATKI ORKISZOWE (mleko2%, płatki orkiszowe) 300ml (MLE), POMARAŃCZA (1/2 szt.) 120g ,	ZUPA CUKINIOWA JARSKA (cukinia, seler, pietruszka korzeń, marchew, ziemniaki, mąka pszenna) 350ml (GLU, SEL), BITKI WIEPRZOWE 100g (GLU), MAKARON PENNE (pszenica durum) 250g (GLU), SURÓWKA: PEKINKA Z MARCHEWKĄ (k. pekińska, marchew, koper, olej rzepakowy) 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , SOS KOPERKOWY 100g (JAJ), Podwieczorek: KOKTAJL KEFIR Z BRZOSKWINIĄ 200g (MLE),	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA wędzona 30g , GALARETKA DROBIOWA (pierś z kurczaka, marchew, groszek konserw., żelatyna) 100g , POMIDOR KROJONY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: PRZEKAŚKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2493.08 kcal; Białko ogółem: 130.33 g; Tłuszcz: 83.14 g; Węglowodany ogółem: 314.65 g; Sól: 6.40 g; suma cukrów prostych: 68.30 g; NKT: 32.60 g; Błonnik pokarmowy: 23.16 g;		
czwartek 2026-01-29 Dieta: SZ. MSWiA-OGR WĘGL. (POL/GIN)		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), WĘDLINA SUCHA WIEPRZOWA 30g , SZPINAK ŚWIEŻY 20g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), PŁATKI ORKISZOWE (mleko2%, płatki orkiszowe) 300ml (MLE), OGÓREK KONSERWOWY 80g , II Śniadanie: SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 40g , PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	ZUPA OGÓRKOWA JARSKA (ogórek kiszony, ziemniak, marchew, seler, pietruszka) 350ml (SEL), MIELONE Z ŁOPATKI W SOSIE POMIDOROWYM (wieprzowina łopatka, pomidory, sól, oregano, olej) 150g (GLU), MAKARON PEŁNOZIARNISTY 250g (GLU), SURÓWKA: PEKINKA Z MARCHEWKĄ (k. pekińska, marchew, koper, olej rzepakowy) 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Podwieczorek: KOKTAJL KEFIR Z BRZOSKWINIĄ 200g (MLE),	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), GALARETKA DROBIOWA (pierś z kurczaka, marchew, groszek konserw., żelatyna) 100g , WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA wędzona 30g , POMIDOR KROJONY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: PRZEKAŚKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2290.31 kcal; Białko ogółem: 110.54 g; Tłuszcz: 82.42 g; Węglowodany ogółem: 293.99 g; Sól: 8.76 g; suma cukrów prostych: 71.61 g; NKT: 34.51 g; Błonnik pokarmowy: 33.20 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA położnictwo		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-01-30		
Dieta: SZ. MSWiA-PODST. (POL/GIN)		
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 ŻÓŁTY 25g (MLE), MANDARYNKA (1 szt) 65g , KIEŁKI 20g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), KASZA JAGLANA (MLEKO 2% tł., kasza jaglana) 300ml (MLE),	ZUPA DYNIOWA (dynia, marchew, ziemniaki, seler) 350ml , RYBA PANIEROWANA SMAŻONA (miruna, bułka tarta, jajko, mleko, olej) 100g (GLU, JAJ, RYB, MLE), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , SURÓWKA: KAPUSTA KISZONA 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Podwieczorek: MUS JAGLANY Z ŻURAWINĄ i CYNAMONEM (kasza jaglana, mleko, żurawina, cynamon) 200g (MLE),	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g , DŻEM TRUSKAWKOWY NISKOSŁODZONY (truskawki 40%, cukier, woda, pektyny, guma guar) 30g , SAŁATKA GRECKA (sałata, ser sałatkowy, pomidor, ogórek, oliwa, pieprz, zioła suszone) 100g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SEREK HOMOGENIZOWANY (ser twarogowy odtłuszczony, śmietanka) 140g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1900.82 kcal; Białko ogółem: 99.24 g; Tłuszcz: 55.67 g; Węglowodany ogółem: 263.18 g; Sól: 8.33 g; suma cukrów prostych: 79.54 g; NKT: 27.25 g; Błonnik pokarmowy: 24.77 g;		
piątek 2026-01-30		
Dieta: SZ. MSWiA-LATWOSTRAWNA (POL/GIN)		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), SEREK TOPIONY 40g (MLE), WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g , KIEŁKI 20g , MANDARYNKA (1 szt) 65g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), KASZA JAGLANA (MLEKO 2% tł., kasza jaglana) 300ml (MLE),	ZUPA DYNIOWA (dynia, marchew, ziemniaki, seler) 350ml , RYBA NA PARZE (dorsz) 100g (RYB), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , SOS KOPERKOWY 100g (JAJ), BROKUŁ GOTOWANY 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Podwieczorek: MUS JAGLANY Z ŻURAWINĄ i CYNAMONEM (kasza jaglana, mleko, żurawina, cynamon) 200g (MLE),	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), DŻEM TRUSKAWKOWY NISKOSŁODZONY (truskawki 40%, cukier, woda, pektyny, guma guar) 30g , WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g , SAŁATKA GRECKA (sałata, ser sałatkowy, pomidor, ogórek, oliwa, pieprz, zioła suszone) 100g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SEREK HOMOGENIZOWANY (ser twarogowy odtłuszczony, śmietanka) 140g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1911.31 kcal; Białko ogółem: 106.81 g; Tłuszcz: 48.59 g; Węglowodany ogółem: 271.62 g; Sól: 7.88 g; suma cukrów prostych: 76.35 g; NKT: 26.76 g; Błonnik pokarmowy: 19.07 g;		
piątek 2026-01-30		
Dieta: SZ. MSWiA-OGR WĘGL. (POL/GIN)		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), SER ŻÓŁTY 25g (MLE), PAPRYKA ŚWIEŻA 80g , KIEŁKI 20g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), KASZA JAGLANA (MLEKO 2% tł., kasza jaglana) 300ml (MLE), II Śniadanie: WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g , PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	ZUPA DYNIOWA (dynia, marchew, ziemniaki, seler) 350ml , RYBA NA PARZE (dorsz) 100g (RYB), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , SOS KOPERKOWY 100g (JAJ), BROKUŁ GOTOWANY 75g , SURÓWKA: KAPUSTA KISZONA 75g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Podwieczorek: MUS JAGLANY Z ŻURAWINĄ i CYNAMONEM (kasza jaglana, mleko, żurawina, cynamon) 200g (MLE),	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g , PASZTET SOJOWY (woda, olej rzepakowy, białko sojowe, cebula, skrobia kukurydziana, konc. pomid., gorczyca, sól) 40g (SOJ), SAŁATKA GRECKA (sałata, ser sałatkowy, pomidor, ogórek, oliwa, pieprz, zioła suszone) 100g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SEREK HOMOGENIZOWANY (ser twarogowy odtłuszczony, śmietanka) 140g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1990.11 kcal; Białko ogółem: 106.15 g; Tłuszcz: 65.78 g; Węglowodany ogółem: 256.80 g; Sól: 9.21 g; suma cukrów prostych: 65.28 g; NKT: 29.82 g; Błonnik pokarmowy: 29.28 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA położnictwo		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-01-31 Dieta: SZ. MSWiA-PODST. (POŁ/GIN)		
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA Z WARZYWAMI 30g, PASTA Z TUŃCZYKA (tuńczyk, majonez, koper, ogórek kiszony) 40g (RYB), BANAN (1 szt.) 150g, ROSZPONKA 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), RYŻ BASMATI 250g, SURÓWKA: KAPUSTA CZERWONA (kapusta czerwona, sól, cukier, olej rzepakowy) 150g, KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml, Podwieczorek: BUDYŃ ŚMIETANKOWY NA MLEKU (mleko 2%, budyń proszek) 200g (MLE),	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 POŁĘDWICA WIEPRZOWA SUROWA 30g, POMIDOR KROJONY 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: MUS WIELOWARZYWNY 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2531.79 kcal; Białko ogółem: 113.68 g; Tłuszcz: 72.63 g; Węglowodany ogółem: 366.71 g; Sól: 7.64 g; suma cukrów prostych: 101.42 g; NKT: 29.72 g; Błonnik pokarmowy: 28.11 g;		
sobota 2026-01-31 Dieta: SZ. MSWiA-LATWOSTRAWNA (POŁ/GIN)		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), PASTA Z TUŃCZYKA BEZMLECZNA (tuńczyk, koper, ogórek kiszony) 40g (RYB), WĘDLINA Z WARZYWAMI 30g, ROSZPONKA 20g, BANAN (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 bezml. (ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 350g (SEL), POTRAWKA Z KURCZAKA Z RODZYNKAMI 200g (GLU), RYŻ ugotowany 250g, BUKIET WARZYW GOTOWANYCH (brokuł, kalafior, marchew) 150g, KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml, Podwieczorek: BUDYŃ ŚMIETANKOWY NA MLEKU (mleko 2%, budyń proszek) 200g (MLE),	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA SUROWA 30g, JAJKO GOTOWANE 1szt (JAJ), POMIDOR KROJONY 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: MUS WIELOWARZYWNY 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2395.00 kcal; Białko ogółem: 114.70 g; Tłuszcz: 62.74 g; Węglowodany ogółem: 351.93 g; Sól: 7.53 g; suma cukrów prostych: 81.30 g; NKT: 29.26 g; Błonnik pokarmowy: 24.91 g;		
sobota 2026-01-31 Dieta: SZ. MSWiA-OGR WĘGL. (POŁ/GIN)		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), WĘDLINA Z WARZYWAMI 30g, RZODKIEWKA 80g, ROSZPONKA 20g, KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU , MLE), OWSIANKA (mleko 2% tł., płatki owsiane) 300ml (GLU , MLE), II Śniadanie: PASTA Z TUŃCZYKA BEZMLECZNA (tuńczyk, koper, ogórek kiszony) 100g (RYB), PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml,	ZUPA ZIEMNIACZANA JARSKA bezml. (ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 350g (SEL), POTRAWKA Z KURCZAKA Z RODZYNKAMI 200g (GLU), RYŻ BASMATI 250g, BUKIET WARZYW GOTOWANYCH (brokuł, kalafior, marchew) 75g, SURÓWKA: KAPUSTA CZERWONA (kapusta czerwona, sól, cukier, olej rzepakowy) 75g, KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml, Podwieczorek: BUDYŃ ŚMIETANKOWY BEZ CUKRU (mleko 2%, budyń proszek) 200g (MLE),	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), JAJKO GOTOWANE 1szt (JAJ), WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA SUROWA 30g, POMIDOR KROJONY 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: MUS WIELOWARZYWNY 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2405.73 kcal; Białko ogółem: 121.15 g; Tłuszcz: 69.78 g; Węglowodany ogółem: 337.81 g; Sól: 8.26 g; suma cukrów prostych: 74.28 g; NKT: 31.95 g; Błonnik pokarmowy: 35.13 g;		