

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-01-21 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 , 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: 2311.01 kcal; Białko ogółem: 105.21 g; Tłuszcz: 94.98 g; Węglowodany ogółem: 273.93 g; Sól: 9.80 g; suma cukrów prostych: 62.34 g; NKT: 41.04 g; Błonnik pokarmowy: 36.59 g;		
środa 2026-01-21 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), 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 , SOS BESZAMELOWY (masło, mleko, mąka) 100g (GLU, MLE), MARCHEW 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), 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: 2246.75 kcal; Białko ogółem: 106.15 g; Tłuszcz: 85.12 g; Węglowodany ogółem: 274.73 g; Sól: 8.43 g; suma cukrów prostych: 55.59 g; NKT: 38.14 g; Błonnik pokarmowy: 27.16 g;		
środa 2026-01-21 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), 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 KOPERKOWY NIEZABIELANY 100g (GLU),	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: 2138.57 kcal; Białko ogółem: 102.37 g; Tłuszcz: 76.51 g; Węglowodany ogółem: 270.95 g; Sól: 8.29 g; suma cukrów prostych: 49.49 g; NKT: 32.57 g; Błonnik pokarmowy: 27.52 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-01-21 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), POMIDOR KROJONY 80g , RUKOLA 20g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , 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 KOPERKOWY NIEZABIELANY 100g (GLU),	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: 2106.69 kcal; Białko ogółem: 100.25 g; Tłuszcz: 75.26 g; Węglowodany ogółem: 267.89 g; Sól: 8.22 g; suma cukrów prostych: 46.43 g; NKT: 31.82 g; Błonnik pokarmowy: 27.52 g;		
środa 2026-01-21 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), 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 ,	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g , 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: 2272.08 kcal; Białko ogółem: 101.25 g; Tłuszcz: 92.86 g; Węglowodany ogółem: 271.70 g; Sól: 8.31 g; suma cukrów prostych: 54.80 g; NKT: 24.23 g; Błonnik pokarmowy: 34.12 g;		
środa 2026-01-21 Dieta: SZ. MSWiA- PAKOWATA (PRZETARTA)		
Pieczycwo pszenne bez skórki 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SUCHA WIEPRZOWA mielona 30g , mozzarella 40g (MLE), KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), KASZA JAGLANA miksowana 300ml (MLE), POMIDOR MIKSOWANY 100g ,	miksowana ZUPA ROSÓŁ Z MAKARONEM 350ml (GLU, SEL), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 100g , ZIEMNIAKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g (MLE), MARCHEW PUREE 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , SOS BESZAMELOWY (masło, mleko, mąka) 100g (GLU, MLE),	Pieczycwo pszenne bez skórki 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA Z INDYKA mielona 30g , zmielona SAŁATKA JARZYNOWA (marchew, seler, groszek, ziemniaki, jog. nat.) 150g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SOK WIELOWARZYNOWY 330ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2224.42 kcal; Białko ogółem: 122.13 g; Tłuszcz: 78.54 g; Węglowodany ogółem: 268.61 g; Sól: 10.87 g; suma cukrów prostych: 69.96 g; NKT: 37.36 g; Błonnik pokarmowy: 27.43 g;		
środa 2026-01-21 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
środa 2026-01-21 Dieta: SZ. MSWiA- OGR WĘGL (PRZETARTA)		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 60g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), WĘDLINA SUCHA WIEPRZOWA mielona 30g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU , MLE), KASZA JAGLANA miksowana 300ml (MLE), POMIDOR MIKSOWANY 100g , II Śniadanie: PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 30g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), mozzarella 40g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	miksowana ZUPA ROSÓŁ Z MAKARONEM 350ml (GLU , SEL), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 100g , ZIEMNIAKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g (MLE), MARCHEW PUREE 150g , SOS BESZAMELOWY (masło, mleko, mąka) 100g (GLU , MLE), 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), zmielona SAŁATKA JARZYNOWA (marchew, seler, groszek, ziemniaki, jog. nat.) 150g (MLE), WĘDLINA Z INDYKA mielona 30g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SOK WIELOWARZYNOWY 330ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2327.82 kcal; Białko ogółem: 124.89 g; Tłuszcz: 86.10 g; Węglowodany ogółem: 280.44 g; Sól: 11.13 g; suma cukrów prostych: 85.26 g; NKT: 41.63 g; Błonnik pokarmowy: 38.91 g;		
środa 2026-01-21 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 , PASZTET SOJOWY (woda, olej rzepakowy, białko sojowe, cebula, skrobia kukurydziana, konc. pomid., gorczyca, sól) 40g (SOJ), POMIDOR KROJONY 80g , RUKOLA 20g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , KASZA JAGLANA "sojowa" (kasza jaglana, napój sojowy) 300ml ,	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 KOPERKOWY NIEZABIELANY 100g (GLU),	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g , WĘDLINA Z INDYKA 30g , SAŁATKA JARZYNOWA bezmleczna (marchew, seler, groszek, ziemniaki) 150g , SAŁATA LODOWA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: WAFLE ORKISZOWE 35g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2093.06 kcal; Białko ogółem: 85.91 g; Tłuszcz: 74.18 g; Węglowodany ogółem: 279.94 g; Sól: 8.11 g; suma cukrów prostych: 34.97 g; NKT: 12.82 g; Błonnik pokarmowy: 27.56 g;		
czwartek 2026-01-22 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 , JAJKO GOTOWANE 1szt (JAJ), OGÓREK ŚWIEŻY KROJONY 80g , KIEŁKI 20g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU , MLE), PŁATKI ORKISZOWE (mleko 2%, płatki orkiszowe) 300ml (MLE),	ZUPA BARSZCZ BIAŁY jarski zabieleny 350ml (MLE , SEL), PIECZEŃ WIEPRZOWA Z WARZYSZAMI (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 ,	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 WARZYSZAMI 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: 2352.93 kcal; Białko ogółem: 131.14 g; Tłuszcz: 85.67 g; Węglowodany ogółem: 277.33 g; Sól: 5.87 g; suma cukrów prostych: 86.22 g; NKT: 38.54 g; Błonnik pokarmowy: 27.02 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-01-22 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 , 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), PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), 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;		
czwartek 2026-01-22 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 , 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 ,	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: 2345.61 kcal; Białko ogółem: 136.61 g; Tłuszcz: 83.02 g; Węglowodany ogółem: 273.38 g; Sól: 5.73 g; suma cukrów prostych: 65.73 g; NKT: 38.44 g; Błonnik pokarmowy: 21.80 g;		
czwartek 2026-01-22 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 , PASTA Z BIAŁKA JAJ Z KOPERKIEM (białko jaja, jogurt nat.-mleko, kultury bakterii, koperek) 40g (JAJ, MLE), KIEŁKI 20g , SOK PORZECZKOWY 200ml , 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 , SZPINAK GOTOWANY 150g , SOS PIECZENIOWY (sos własny, mąka pszenna) 100g (GLU), 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 WIŚNIOWY NISKOSŁODZONY (wiśnie 40%, cukier, woda, pektyny, guma guar) 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: 2351.02 kcal; Białko ogółem: 124.69 g; Tłuszcz: 77.71 g; Węglowodany ogółem: 292.34 g; Sól: 5.57 g; suma cukrów prostych: 85.66 g; NKT: 36.27 g; Błonnik pokarmowy: 21.04 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-01-22 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 , PASTA Z BIAŁKA JAJ Z KOPERKIEM (białko jaja, jogurt nat.-mleko, kultury bakterii, koperek) 40g (JAJ, MLE), KIEŁKI 20g , SOK PORZECZKOWY 200ml , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , 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 ,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA Z WARZYWAMI 30g , DŻEM WIŚNIOWY NISKOSŁODZONY (wiśnie 40%, cukier, woda, pektyny, guma guar) 30g , BURAKI puree 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SEREK HOMOGENIZOWANY (ser twarogowy odtłuszczony, śmietanka) 140g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2221.46 kcal; Białko ogółem: 114.37 g; Tłuszcz: 70.19 g; Węglowodany ogółem: 286.88 g; Sól: 4.82 g; suma cukrów prostych: 84.81 g; NKT: 32.19 g; Błonnik pokarmowy: 19.06 g;		
czwartek 2026-01-22 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 , 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 , SOS PIECZENIOWY (sos własny, mąka pszenna) 100g (GLU), SURÓWKA: KAPUSTA CZERWONA (kapusta czerwona, sól, cukier, 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 , DŻEM WIŚNIOWY NISKOSŁODZONY (wiśnie 40%, cukier, woda, pektyny, guma guar) 30g , 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: 2406.73 kcal; Białko ogółem: 125.67 g; Tłuszcz: 83.42 g; Węglowodany ogółem: 301.82 g; Sól: 5.82 g; suma cukrów prostych: 95.81 g; NKT: 21.09 g; Błonnik pokarmowy: 27.58 g;		
czwartek 2026-01-22 Dieta: SZ. MSWiA- PAKOWATA (PRZETARTA)		
Pieczywo pszenne bez skórki 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA OGONÓWKA WIEPRZOWA mielona 30g , PASTA JAJECZNA (jaja, szczypiorek) 40g (JAJ), SOK PORZECZKOWY 200ml , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), PŁATKI ORKISZOWE miksowane 300ml (MLE),	miksowana ZUPA BARSZCZ BIAŁY 350ml (SEL), miksowane mięso z UDKA (ciwiarka kurczaka, przyprawy) 100g , ZIEMNIAKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g (MLE), SOS PIECZENIOWY (sos własny, mąka pszenna) 100g (GLU), SZPINAK GOTOWANY BLENOWANY 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 , SER TOPIONY (plastry) 40g (MLE), BURAKI puree 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SEREK HOMOGENIZOWANY (ser twarogowy odtłuszczony, śmietanka) 140g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2282.26 kcal; Białko ogółem: 111.71 g; Tłuszcz: 85.51 g; Węglowodany ogółem: 269.11 g; Sól: 4.90 g; suma cukrów prostych: 74.83 g; NKT: 38.51 g; Błonnik pokarmowy: 16.73 g;		
czwartek 2026-01-22 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;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-01-22 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 , SOK PORZECZKOWY 200ml , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), PŁATKI ORKISZOWE miksowane 300ml (MLE), II Śniadanie: PASTA JAJECZNA (jaja, szczypiorek) 40g (JAJ), PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 30g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	miksowana ZUPA BARSZCZ BIAŁY 350ml (SEL), miksowane mięso z UDKA (cwiartka kurczaka, przyprawy) 100g , ZIEMNIAKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g (MLE), SOS PIECZENIOWY (sos własny, mąka pszenna) 100g (GLU), SZPINAK GOTOWANY BLENOWANY 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Podwieczorek: BUDYŃ WANILIOWY BEZ CUKRU (mleko 2%, budyń proszek) 200g (MLE),	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), SER TOPIONY (plastry) 40g (MLE), WĘDLINA Z WARZYWAMI mielona 30g , BURAKI puree 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SEREK HOMOGENIZOWANY (ser twarogowy odtłuszczony, śmietanka) 140g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2421.96 kcal; Białko ogółem: 113.84 g; Tłuszcz: 93.26 g; Węglowodany ogółem: 290.55 g; Sól: 5.12 g; suma cukrów prostych: 92.73 g; NKT: 42.87 g; Błonnik pokarmowy: 28.74 g;		
czwartek 2026-01-22 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 , JAJKO GOTOWANE 1szt (JAJ), KIEŁKI 20g , MANDARYNKA (1 szt) 65g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , płatki orkiszowe na napoju ryżowym 300ml (GLU),	ZUPA BARSZCZ BIAŁY jarski bezmł. 350ml (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 ,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g , WĘDLINA Z WARZYWAMI 30g , DŻEM WIŚNIOWY NISKOSŁODZONY (wiśnie 40%, cukier, woda, pektyny, guma guar) 30g , SAŁATKA Z BURAKA NA RUKOLI BEZML. 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: WAFLE KUKURYDZIANE 35g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2193.36 kcal; Białko ogółem: 93.62 g; Tłuszcz: 66.47 g; Węglowodany ogółem: 313.67 g; Sól: 4.70 g; suma cukrów prostych: 51.27 g; NKT: 9.25 g; Błonnik pokarmowy: 24.53 g;		
piątek 2026-01-23 Dieta: SZ. MSWiA-PODSTAWOWA		
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 ,	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: 2303.16 kcal; Białko ogółem: 86.64 g; Tłuszcz: 68.17 g; Węglowodany ogółem: 351.01 g; Sól: 9.32 g; suma cukrów prostych: 74.45 g; NKT: 36.08 g; Błonnik pokarmowy: 33.39 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-01-23 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), 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;		
piątek 2026-01-23 Dieta: SZ. MSWiA-ŁATWOSTRAWNA		
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,	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: 2316.94 kcal; Białko ogółem: 89.49 g; Tłuszcz: 67.81 g; Węglowodany ogółem: 349.59 g; Sól: 8.96 g; suma cukrów prostych: 73.55 g; NKT: 36.12 g; Błonnik pokarmowy: 27.16 g;		
piątek 2026-01-23 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 POŁĘDWICA WIEPRZOWA SUROWA 30g, SZPINAK ŚWIEŻY 20g, KIWI mikсовane 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), 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,	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: 2316.94 kcal; Białko ogółem: 89.49 g; Tłuszcz: 67.81 g; Węglowodany ogółem: 349.59 g; Sól: 8.96 g; suma cukrów prostych: 73.55 g; NKT: 36.12 g; Błonnik pokarmowy: 27.16 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-01-23 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 POŁĘDWICA WIEPRZOWA SUROWA 30g, SZPIŃAK ŚWIEŻY 20g, KIWI mikсовane 75g, 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), RYBA DUSZONA (miruna) 100g (RYB), SOS KOPERKOWY NIEZABIELANY 100g (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 POŁĘDWICA WIEPRZOWA wędzona 30g, MIÓD 30g, POMIDOR KROJONY 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: MUS WIELOWARZYWNY 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2085.99 kcal; Białko ogółem: 86.69 g; Tłuszcz: 66.74 g; Węglowodany ogółem: 295.11 g; Sól: 6.01 g; suma cukrów prostych: 53.78 g; NKT: 33.58 g; Błonnik pokarmowy: 24.81 g;		
piątek 2026-01-23 Dieta: SZ. MSWiA- KONTROLOWANA ZAWARTOŚĆ KW. TŁUSZCZOWYCH		
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, SZPIŃAK 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 KAPUŚNIAK JARSKI (kapusta kiszona, mąka pszenne, ziemniaki, włoszczyzna) 350ml (GLU, SEL), 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,	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: 2320.26 kcal; Białko ogółem: 88.98 g; Tłuszcz: 67.81 g; Węglowodany ogółem: 350.83 g; Sól: 9.45 g; suma cukrów prostych: 71.75 g; NKT: 36.12 g; Błonnik pokarmowy: 27.18 g;		
piątek 2026-01-23 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 SZYNKA WIEPRZOWA mielona 30g, KIWI mikсовane 75g, KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), OWSIANKA mikсовana 300ml (GLU, MLE),	mikсовana ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI 350ml (GLU), zmielona RYBA DUSZONA (dorsz) 100g (RYB), SOS KOPERKOWY 100g (JAJ), ZIEMNIAKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g (MLE), PUREE Z DYNI 150g, KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml,	Pieczycwo pszenne bez skórki 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), DŻEM WIŚNIOWY NISKOSŁODZONY (wiśnie 40%, cukier, woda, pektyny, guma guar) 30g, PASTA Z TUŃCZYKA BEZMLECZNA (tuńczyk, koper, ogórek kiszony) 40g (RYB), POMIDOR MIKSOANY 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: MUS WIELOWARZYWNY 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1904.87 kcal; Białko ogółem: 77.64 g; Tłuszcz: 62.17 g; Węglowodany ogółem: 268.15 g; Sól: 4.71 g; suma cukrów prostych: 66.01 g; NKT: 35.31 g; Błonnik pokarmowy: 22.77 g;		
piątek 2026-01-23 Dieta: SZ. MSWiA- PŁYNNA WZMOCNIONA		
płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOANY 50g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, II Śniadanie: płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOANY 50g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml,	płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOANY 50g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Podwieczorek: płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOANY 50g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml,	płynna wzmocniona (kasza manna, marchew, olej) 300ml (GLU), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOANY 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 2026-01-23		
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) 250ml (GLU, MLE), OWSIANKA miksowana 300ml (GLU, MLE), II Śniadanie: PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 30g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), WĘDLINA OGONÓWKA WIEPRZOWA mielona 30g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	miksowana ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI 350ml (GLU), zmiksowana RYBA DUSZONA (dorsz) 100g (RYB), ZIEMNIAKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g (MLE), PUREE Z DYNI 150g , SOS KOPERKOWY 100g (JAJ), KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Podwieczorek: KEFIR 200ml (MLE),	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), PASTA Z TUŃCZYKA BEZMLECZNA (tuńczyk, koper, ogórek kiszony) 40g (RYB), WĘDLINA SZYNKA WIEPRZOWA mielona 30g , POMIDOR MIKSOWANY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: MUS WIELOWARZYWNY 100g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2008.31 kcal; Białko ogółem: 86.92 g; Tłuszcz: 72.07 g; Węglowodany ogółem: 268.65 g; Sól: 5.68 g; suma cukrów prostych: 68.31 g; NKT: 40.79 g; Błonnik pokarmowy: 34.64 g;		
piątek 2026-01-23		
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 , MIÓD 30g , SZPINAK ŚWIEŻY 20g , KIWI (1 szt.) 75g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , OWSIANKA BEZMLECZNA (napój owsiany, płatki owsiane) 300ml (GLU),	ZUPA JARZYNOWA JARSKA, Z ZIEMNIAKAMI (groszek, seler, pietruszka, marchew, por, ziemniaki, mąka pszenna) 350ml (GLU), RYBA DUSZONA (miruna) 100g (RYB), SOS KOPERKOWY NIEZABIELANY 100g (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 ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g , 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 , krakersy 50g (GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2051.81 kcal; Białko ogółem: 81.71 g; Tłuszcz: 56.48 g; Węglowodany ogółem: 312.07 g; Sól: 6.92 g; suma cukrów prostych: 34.79 g; NKT: 3.27 g; Błonnik pokarmowy: 23.61 g;		
sobota 2026-01-24		
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 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 ,	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: 2174.21 kcal; Białko ogółem: 90.75 g; Tłuszcz: 80.76 g; Węglowodany ogółem: 276.48 g; Sól: 9.49 g; suma cukrów prostych: 71.62 g; NKT: 32.93 g; Błonnik pokarmowy: 26.87 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-01-24 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 CZARNUSZKA 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;		
sobota 2026-01-24 Dieta: SZ. MSWiA-ŁATWOSTRAWNA		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKA 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 ,	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: 2154.05 kcal; Białko ogółem: 91.12 g; Tłuszcz: 76.45 g; Węglowodany ogółem: 277.93 g; Sól: 8.91 g; suma cukrów prostych: 70.94 g; NKT: 34.77 g; Błonnik pokarmowy: 21.01 g;		
sobota 2026-01-24 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 CZARNUSZKA 30g , DŻEM BRZOSKWINIOWY NISKOSŁODZONY (brzoskwinie 44%, cukier, woda, pektyny, guma guar) 30g , SAŁATA 20g , JABŁKO PIECZONE 150g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , 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 (wieprzowina, mąka pszenna, cukinia) 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 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: 2049.11 kcal; Białko ogółem: 81.40 g; Tłuszcz: 64.13 g; Węglowodany ogółem: 288.88 g; Sól: 7.98 g; suma cukrów prostych: 82.08 g; NKT: 27.52 g; Błonnik pokarmowy: 19.35 g;		
sobota 2026-01-24 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 CZARNUSZKA 30g , DŻEM BRZOSKWINIOWY NISKOSŁODZONY (brzoskwinie 44%, cukier, woda, pektyny, guma guar) 30g , SAŁATA 20g , JABŁKO PIECZONE 150g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , 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 (wieprzowina, mąka pszenna, cukinia) 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 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: 2049.11 kcal; Białko ogółem: 81.40 g; Tłuszcz: 64.13 g; Węglowodany ogółem: 288.88 g; Sól: 7.98 g; suma cukrów prostych: 82.08 g; NKT: 27.52 g; Błonnik pokarmowy: 19.35 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-01-24 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 , 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 ,	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g , PASTA HUMMUS (cieciorka, oliwa, czosnek, sok z cytryny, koncentrat pom.) 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: 2188.77 kcal; Białko ogółem: 87.86 g; Tłuszcz: 81.32 g; Węglowodany ogółem: 282.13 g; Sól: 9.11 g; suma cukrów prostych: 70.73 g; NKT: 15.80 g; Błonnik pokarmowy: 29.39 g;		
sobota 2026-01-24 Dieta: SZ. MSWiA- PAKOWATA (PRZETARTA)		
Pieczycwo 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), RYŻ NA MLEKU miksowany 300ml (MLE),	miksowana ZUPA KOPERKOWA jarska 350ml (GLU, SEL), miksowany GULASZ WIEPRZOWY 120g (SEL), ZIEMNIAKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g (MLE), KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , BURAKI puree 100g ,	Pieczycwo pszenne bez skórki 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA mielona 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: 2355.25 kcal; Białko ogółem: 90.51 g; Tłuszcz: 101.18 g; Węglowodany ogółem: 274.35 g; Sól: 5.56 g; suma cukrów prostych: 75.22 g; NKT: 40.12 g; Błonnik pokarmowy: 18.14 g;		
sobota 2026-01-24 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;		
sobota 2026-01-24 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), RYŻ NA MLEKU miksowany 300ml (MLE), II Śniadanie: SEREK TOPIONY 40g (MLE), PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 30g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	miksowana ZUPA KOPERKOWA jarska 350ml (GLU, SEL), miksowany GULASZ WIEPRZOWY 120g (SEL), ZIEMNIAKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g (MLE), KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , BURAKI puree 100g , Podwieczorek: KISIEL WIŚNIOWY Z TRUSKAWKAMI bez cukru (skrobia ziemniaczana, sok z wiśni, truskawki) 200g ,	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 , PASTA Z ZIELONYCH WARZYW 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY 330ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2415.96 kcal; Białko ogółem: 90.45 g; Tłuszcz: 106.66 g; Węglowodany ogółem: 291.14 g; Sól: 7.24 g; suma cukrów prostych: 86.00 g; NKT: 42.96 g; Błonnik pokarmowy: 34.13 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-01-24 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 , DŻEM BRZOSKWINIOWY NISKOSŁODZONY (brzoskwinie 44%, cukier, woda, pektyny, guma guar) 30g , SAŁATA 20g , JABŁKO (1 szt.) 150g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , RYŻ NA NAPOJU RYŻOWYM (napój ryżowy, ryż) 300ml ,	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 ,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g , WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA 30g , PASZTET DROBIOWY (kurczak, marchew, seler, wątróbka, jaja) 40g , PASTA Z ZIELONYCH WARZYW 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SOK OWOCOWY PRZECIEROWY 330ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2098.75 kcal; Białko ogółem: 75.35 g; Tłuszcz: 65.01 g; Węglowodany ogółem: 305.60 g; Sól: 8.09 g; suma cukrów prostych: 62.27 g; NKT: 8.45 g; Błonnik pokarmowy: 21.30 g;		
niedziela 2026-01-25 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 , PASTA DROBIOWO-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), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , 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), MIÓD 30g , WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g , POMIDOR KROJONY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: PRZEKĄSKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2119.42 kcal; Białko ogółem: 91.90 g; Tłuszcz: 71.46 g; Węglowodany ogółem: 286.01 g; Sól: 5.20 g; suma cukrów prostych: 60.86 g; NKT: 27.45 g; Błonnik pokarmowy: 27.30 g;		
niedziela 2026-01-25 Dieta: SZ. MSWiA-Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLWODANÓW		
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 DROBIOWO-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), ZIEMNIAKI 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 DROBIOWA z kurczaka 30g , POMIDOR KROJONY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: PRZEKĄSKA 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 ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-01-25 Dieta: SZ. MSWiA-LATWOSTRAWNA		
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), 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), 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: 2170.52 kcal; Białko ogółem: 106.70 g; Tłuszcz: 73.34 g; Węglowodany ogółem: 275.52 g; Sól: 5.23 g; suma cukrów prostych: 57.37 g; NKT: 28.21 g; Błonnik pokarmowy: 20.37 g;		
niedziela 2026-01-25 Dieta: SZ. MSWiA-LATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
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), SZPINAK ŚWIEŻY 20g , SOK POMARAŃCZOWY 200ml , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , 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), 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), 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: 2105.83 kcal; Białko ogółem: 100.14 g; Tłuszcz: 69.52 g; Węglowodany ogółem: 267.72 g; Sól: 5.05 g; suma cukrów prostych: 53.33 g; NKT: 25.92 g; Błonnik pokarmowy: 18.63 g;		
niedziela 2026-01-25 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 SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g , PASTA DROBOWO-WARZYWNA B/ML 40g (SEL), SZPINAK ŚWIEŻY 20g , SOK POMARAŃCZOWY 200ml , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , 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), 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), 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: 2105.83 kcal; Białko ogółem: 100.14 g; Tłuszcz: 69.52 g; Węglowodany ogółem: 267.72 g; Sól: 5.05 g; suma cukrów prostych: 53.33 g; NKT: 25.92 g; Błonnik pokarmowy: 18.63 g;		
niedziela 2026-01-25 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 , 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), FILET DROBOWY DUSZONY 100g , ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , SOS CYTRYNOWY 100ml (GLU, MLE), 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 , 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: 2145.32 kcal; Białko ogółem: 104.15 g; Tłuszcz: 72.95 g; Węglowodany ogółem: 275.82 g; Sól: 5.10 g; suma cukrów prostych: 59.89 g; NKT: 11.76 g; Błonnik pokarmowy: 26.58 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-01-25 Dieta: SZ. MSWiA- PAKOWATA (PRZETARTA)		
Pieczywo pszenne bez skórki 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA mielona 30g , PASTA DROBOWO-WARZYWNA B/ML 40g (SEL), SOK POMARAŃCZOWY 200ml , KAKAO (mleko 2% tł., kakao naturalne) 250ml (MLE), KASZA KUKURYDZIANA miksowana 300ml (MLE),	miksowana ZUPA KALAFIOROWA 350ml (GLU , MLE , SEL), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 100g , SOS CYTRYNOWY 100ml (GLU , MLE), ZIEMNIAKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g (MLE), FASOLKA SZPARAGOWA GOT/ MIKSOWANA 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	Pieczywo pszenne bez skórki 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), Wędlna drobiowa mielona 30g , MIÓD 30g , POMIDOR MIKSOWANY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: PRZEKAŚKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2104.32 kcal; Białko ogółem: 108.97 g; Tłuszcz: 58.92 g; Węglowodany ogółem: 283.63 g; Sól: 5.36 g; suma cukrów prostych: 63.58 g; NKT: 29.99 g; Błonnik pokarmowy: 21.11 g;		
niedziela 2026-01-25 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 2026-01-25 Dieta: SZ. MSWiA- OGR WĘGL (PRZETARTA)		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 60g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA mielona 30g , SOK POMARAŃCZOWY 200ml , KAKAO (mleko 2% tł., kakao naturalne) 250ml (MLE), KASZA KUKURYDZIANA miksowana 300ml (MLE), II Śniadanie: PASTA DROBOWO-WARZYWNA B/ML 40g (SEL), PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 30g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	miksowana ZUPA KALAFIOROWA 350ml (GLU , MLE , SEL), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 100g , ZIEMNIAKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g (MLE), SOS CYTRYNOWY 100ml (GLU , MLE), FASOLKA SZPARAGOWA GOT/ MIKSOWANA 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), PASZTET SOJOWY (woda, olej rzepakowy, białko sojowe, cebula, skrobia kukurydziana, konc. pomid., gorczyca, sól) 40g (SOJ), Wędlna drobiowa mielona 30g , POMIDOR MIKSOWANY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: PRZEKAŚKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2227.16 kcal; Białko ogółem: 115.20 g; Tłuszcz: 76.76 g; Węglowodany ogółem: 274.08 g; Sól: 5.55 g; suma cukrów prostych: 74.83 g; NKT: 33.60 g; Błonnik pokarmowy: 33.30 g;		
niedziela 2026-01-25 Dieta: SZ. MSWiA- ŁATWOSTR. BEZMLECZNA		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g , WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g , PASTA DROBOWO-WARZYWNA B/ML 40g (SEL), RUKOLA 20g , POMARAŃCZA (1/2 szt.) 120g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , KASZKA KUKURYDZIANA BEZMLECZNA (napój sojowy, kasza kukurydziana) 300ml (SOJ),	ZUPA KALAFIOROWA JARSKA (kalafior, ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 350ml (GLU , MLE , SEL), FILET DROBOWY DUSZONY 100g , SOS CYTRYNOWY 100ml (GLU , MLE), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , SAŁATA Z KOPERKIEM I OLEJEM (sałata, olej, koper) 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 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: 2190.63 kcal; Białko ogółem: 98.29 g; Tłuszcz: 85.76 g; Węglowodany ogółem: 260.38 g; Sól: 4.83 g; suma cukrów prostych: 31.39 g; NKT: 7.52 g; Błonnik pokarmowy: 21.16 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-01-26 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 Z WARZYMAMI 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 , ZIEMNIKI GOTOWANE 250g , SURÓWKA: MARCHEW Z ANANASEM I SŁONECZNIKIEM (marchew, ananas kons., słonecznik) 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , SOS WŁASNY 100g (GLU),	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: 2060.68 kcal; Białko ogółem: 101.07 g; Tłuszcz: 73.49 g; Węglowodany ogółem: 261.99 g; Sól: 13.25 g; suma cukrów prostych: 60.84 g; NKT: 30.44 g; Błonnik pokarmowy: 26.31 g;		
poniedziałek 2026-01-26 Dieta: SZ. MSWiA-Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 50g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), WĘDLINA Z WARZYMAMI 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 , ZIEMNIKI 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;		
poniedziałek 2026-01-26 Dieta: SZ. MSWiA-ŁATWOSTRAWNA		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA Z WARZYMAMI 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 , ZIEMNIKI GOTOWANE 250g , SURÓWKA: MARCHEW Z ANANASEM I SŁONECZNIKIEM (marchew, ananas kons., słonecznik) 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , SOS WŁASNY 100g (GLU),	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: 2037.43 kcal; Białko ogółem: 101.09 g; Tłuszcz: 67.76 g; Węglowodany ogółem: 266.51 g; Sól: 12.37 g; suma cukrów prostych: 63.05 g; NKT: 29.90 g; Błonnik pokarmowy: 20.63 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-01-26 Dieta: SZ. MSWiA-LATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA Z WARZYWAMI 30g , TWARÓG Z KOPERKIEM (twaróg półtłusty, koper, jogurt naturalny) 40g (MLE), ROSZPONKA 20g , SOK JABŁKOWY 200ml , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , 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 , KALAFIOR GOTOWANY 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , SOS WŁASNY 100g (GLU),	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA SUROWA 30g , PASTA Z BIAŁKA JAJ Z KOPERKIEM (białko jaja, jogurt nat.-mleko, kultury bakterii, koperek) 40g (JAJ, MLE), BURAKI puree 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: CIASTECZKA OWSIANE Z ŻURAWINĄ (płatki owsiane, jaja, żurawina) 50g (GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1975.13 kcal; Białko ogółem: 98.90 g; Tłuszcz: 61.64 g; Węglowodany ogółem: 259.11 g; Sól: 11.75 g; suma cukrów prostych: 63.34 g; NKT: 28.82 g; Błonnik pokarmowy: 16.97 g;		
poniedziałek 2026-01-26 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 Z WARZYWAMI 30g , TWARÓG Z KOPERKIEM (twaróg półtłusty, koper, jogurt naturalny) 40g (MLE), ROSZPONKA 20g , SOK JABŁKOWY 200ml , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , 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 , KALAFIOR GOTOWANY 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , SOS WŁASNY 100g (GLU),	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA SUROWA 30g , PASTA Z BIAŁKA JAJ Z KOPERKIEM (białko jaja, jogurt nat.-mleko, kultury bakterii, koperek) 40g (JAJ, MLE), BURAKI puree 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: CIASTECZKA OWSIANE Z ŻURAWINĄ (płatki owsiane, jaja, żurawina) 50g (GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1975.13 kcal; Białko ogółem: 98.90 g; Tłuszcz: 61.64 g; Węglowodany ogółem: 259.11 g; Sól: 11.75 g; suma cukrów prostych: 63.34 g; NKT: 28.82 g; Błonnik pokarmowy: 16.97 g;		
poniedziałek 2026-01-26 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 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),	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 , PASTA JAJECZNA (jaja, szczypiorek) 40g (JAJ), SAŁATKA WIOSENNA (sałata, pomidor, ogórek, olej, zioła suszone) 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: CIASTECZKA OWSIANE Z ŻURAWINĄ (płatki owsiane, jaja, żurawina) 50g (GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2012.23 kcal; Białko ogółem: 98.54 g; Tłuszcz: 67.37 g; Węglowodany ogółem: 266.81 g; Sól: 12.24 g; suma cukrów prostych: 65.57 g; NKT: 13.45 g; Błonnik pokarmowy: 26.84 g;		
poniedziałek 2026-01-26 Dieta: SZ. MSWiA- PAKOWATA (PRZETARTA)		
Pieczycwo pszenne bez skórki 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA Z WARZYWAMI mielona 30g , TWARÓG Z JOGURTEM (twaróg półtłusty, jogurt naturalny) 40g (MLE), KIWI miksowane 75g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), MAKARON NA MLEKU miksowany 300ml (GLU, MLE),	ZUPA KREM BROKUŁOWA (brokuł, marchew, pietruszka, ziemniaki) 350ml (SEL), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 100g , ZIEMNIAKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g (MLE), KALAFIOR GOT. MIKSOWANY 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , SOS WŁASNY 100g (GLU),	Pieczycwo pszenne bez skórki 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), PASTA JAJECZNA (jaja, szczypiorek) 40g (JAJ), BURAKI puree 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Wędlina wieprzowa mielona 30g , Posiłek nocny: SOK WIELOWARZYWNY 330ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2013.90 kcal; Białko ogółem: 107.89 g; Tłuszcz: 65.74 g; Węglowodany ogółem: 255.38 g; Sól: 11.15 g; suma cukrów prostych: 65.71 g; NKT: 29.78 g; Błonnik pokarmowy: 20.31 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-01-26		
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 2026-01-26		
Dieta: SZ. MSWiA- OGR WĘGL (PRZETARTA)		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 60g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), WĘDLINA Z WARZYWAMI mielona 30g , KIWI miksowane 75g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), MAKARON NA MLEKU miksowany 300ml (GLU, MLE), II Śniadanie: TWARÓG Z JOGURTEM (twaróg półtłusty, jogurt naturalny) 40g (MLE), PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 30g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	ZUPA KREM BROKUŁOWA (brokuł, marchew, pietruszka, ziemniaki) 350ml (SEL), GOTOWANA PIERŚ- MIKSOWANA 100g , ZIEMNIAKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g (MLE), KALAFIOR GOT. MIKSOWANY 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , SOS WŁASNY 100g (GLU), Podwieczorek: KEFIR 200ml (MLE),	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), Wędlina wieprzowa mielona 30g , PASTA JAJECZNA (jaja, szczypiorek) 40g (JAJ), BURAKI puree 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SOK WIELOWARZYWNY 330ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2274.98 kcal; Białko ogółem: 116.83 g; Tłuszcz: 77.75 g; Węglowodany ogółem: 293.21 g; Sól: 8.89 g; suma cukrów prostych: 73.00 g; NKT: 34.75 g; Błonnik pokarmowy: 30.76 g;		
poniedziałek 2026-01-26		
Dieta: SZ. MSWiA- ŁATWOSTR. BEZMLECZNA		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g , WĘDLINA Z WARZYWAMI 30g , PASTA HUMMUS (cieciorka, oliwa, czosnek, sok z cytryny, koncentrat pom.) 30g , ROSZPONKA 20g , MANDARYNKA (1 szt) 65g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , MAKARON NA NAPOJU RYŻOWYM (napój ryżowy, makaron z pszenicy durum) 300ml (GLU),	ZUPA KREM BROKUŁOWA (brokuł, marchew, pietruszka, ziemniaki) 350ml (SEL), SZYNKA DUSZONA (szynka, liść laurowy, pieprz, sól) 100g , ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , KALAFIOR GOTOWANY 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , SOS WŁASNY 100g (GLU),	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g , WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA SUROWA 30g , PASTA JAJECZNA (jaja, szczypiorek) 40g (JAJ), SAŁATKA WIOSENNA (sałata, pomidor, ogórek, olej, zioła suszone) 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SOK WIELOWARZYWNY 330ml , CIASTECZKA OWSIANE Z ŻURAWINĄ (płatki owsiane, jaja, żurawina) 50g (GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2143.93 kcal; Białko ogółem: 83.43 g; Tłuszcz: 69.85 g; Węglowodany ogółem: 304.64 g; Sól: 11.36 g; suma cukrów prostych: 49.58 g; NKT: 7.16 g; Błonnik pokarmowy: 24.01 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-01-27 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, 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), 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 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: 1937.61 kcal; Białko ogółem: 91.57 g; Tłuszcz: 52.10 g; Węglowodany ogółem: 283.45 g; Sól: 4.85 g; suma cukrów prostych: 82.40 g; NKT: 26.89 g; Błonnik pokarmowy: 28.16 g;		
wtorek 2026-01-27 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, 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 (galaretka 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;		
wtorek 2026-01-27 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, PASTA Z GOTOWANEJ RYBY Z WARZYSZAMI (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,	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: 1935.53 kcal; Białko ogółem: 94.55 g; Tłuszcz: 49.18 g; Węglowodany ogółem: 283.92 g; Sól: 4.39 g; suma cukrów prostych: 81.35 g; NKT: 26.19 g; Błonnik pokarmowy: 22.64 g;		
wtorek 2026-01-27 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, PASTA Z GOTOWANEJ RYBY Z WARZYSZAMI (ryba, seler, marchew) 40g (RYB, SEL), SAŁATA 20g, MUS JABŁKOWY (jabłka, sok z cytryny) 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, 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), 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), WĘDLINA POŁĘDWICA Z INDYKA 30g, DŻEM BRZOSKWINIOWY NISKOSŁODZONY (brzoskwinie 44%, cukier, woda, pektyny, guma guar) 30g, POMIDOR KROJONY 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: SOK Z BURAKA 330ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1810.18 kcal; Białko ogółem: 84.41 g; Tłuszcz: 43.99 g; Węglowodany ogółem: 270.92 g; Sól: 4.20 g; suma cukrów prostych: 104.54 g; NKT: 23.88 g; Błonnik pokarmowy: 16.44 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-01-27 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 , PASTA Z GOTOWANEJ RYBY Z WARZYWAMI (ryba, seler, marchew) 40g (RYB, SEL), SAŁATA 20g , MUS JABŁKOWY (jabłka, sok z cytryny) 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , 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), 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), WĘDLINA POŁĘDWICA Z INDYKA 30g , DŻEM BRZOSKWINIOWY NISKOSŁODZONY (brzoskwinie 44%, cukier, woda, pektyny, guma guar) 30g , POMIDOR KROJONY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SOK Z BURAKA 330ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1810.18 kcal; Białko ogółem: 84.41 g; Tłuszcz: 43.99 g; Węglowodany ogółem: 270.92 g; Sól: 4.20 g; suma cukrów prostych: 104.54 g; NKT: 23.88 g; Błonnik pokarmowy: 16.44 g;		
wtorek 2026-01-27 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 , PASTA Z GOTOWANEJ RYBY Z WARZYWAMI (ryba, seler, marchew) 40g (RYB, SEL), 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 ,	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: 1845.58 kcal; Białko ogółem: 90.01 g; Tłuszcz: 48.84 g; Węglowodany ogółem: 269.56 g; Sól: 4.27 g; suma cukrów prostych: 83.86 g; NKT: 17.88 g; Błonnik pokarmowy: 28.41 g;		
wtorek 2026-01-27 Dieta: SZ. MSWiA- PAKOWATA (PRZETARTA)		
Pieczycwo pszenne bez skórki 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA OGONÓWKA 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), PŁATKI ŻYTNIE miksowane 300ml (MLE),	miksowana ZUPA POMIDOROWA JARSKA Z RYŻEM 350ml (GLU, SEL), GOTOWANA WIEPRZOWINA miksowana 100g , SOS PIECZENIOWY (sos własny, mąka pszenna) 100g (GLU), ZIEMNIAKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g (MLE), CUKINIA DUSZONA miksowana 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	Pieczycwo pszenne bez skórki 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA POŁĘDWICA Z INDYKA mielona 30g , SER TOPIONY (plastry) 40g (MLE), POMIDOR MIKSOWANY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SOK Z BURAKA 330ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1908.36 kcal; Białko ogółem: 95.84 g; Tłuszcz: 52.64 g; Węglowodany ogółem: 264.34 g; Sól: 7.25 g; suma cukrów prostych: 98.45 g; NKT: 29.36 g; Błonnik pokarmowy: 15.86 g;		
wtorek 2026-01-27 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
wtorek 2026-01-27		
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 , MUS JABŁKOWY (jabłka, sok z cytryny) 100g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), PŁATKI ŻYTNIE miksowane 300ml (MLE), II Śniadanie: PASTA Z MAKRELI bezmleczna 40g (RYB), PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 30g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	miksowana ZUPA POMIDOROWA JARSKA Z RYŻEM 350ml (GLU, SEL), ZIEMNIAKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g (MLE), SOS PIECZENIOWY (sos własny, mąka pszenna) 100g (GLU), CUKINIA DUSZONA miksowana 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , GOTOWANA WIEPRZOWINA miksowana 100g , Podwieczorek: GALARETKA Z TRUSKAWKAMI bez dodatku cukru (galaretka proszek, truskawki, żelatyna) 150g ,	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), SER TOPIONY (plastry) 40g (MLE), WĘDLINA POŁĘDWICA Z INDYKA mielona 30g , POMIDOR MIKSOWANY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SOK Z BURAKA 330ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1970.96 kcal; Białko ogółem: 94.75 g; Tłuszcz: 60.19 g; Węglowodany ogółem: 269.96 g; Sól: 7.91 g; suma cukrów prostych: 102.43 g; NKT: 32.79 g; Błonnik pokarmowy: 27.34 g;		
wtorek 2026-01-27		
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 , PASTA Z GOTOWANEJ RYBY Z WARZYWAMI (ryba, seler, marchew) 40g (RYB, SEL), SAŁATA 20g , KIWI (1 szt.) 75g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , PŁATKI ŻYTNIE bezmł. (napój sojowy, płatki żytnie) 300ml (SOJ),	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), 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 POŁĘDWICA Z INDYKA 30g , PASZTET SOJOWY (woda, olej rzepakowy, białko sojowe, cebula, skrobia kukurydziana, konc. pomid., gorczyca, sól) 40g (SOJ), POMIDOR KROJONY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SOK Z BURAKA 330ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1878.33 kcal; Białko ogółem: 86.14 g; Tłuszcz: 50.48 g; Węglowodany ogółem: 271.10 g; Sól: 3.90 g; suma cukrów prostych: 58.39 g; NKT: 4.26 g; Błonnik pokarmowy: 20.53 g;		
środa 2026-01-28		
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 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 NEAPOLIŃSKA (marchew, seler, pietruszka, serek topiony, makaron-pszemica 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 ,	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: 2306.18 kcal; Białko ogółem: 98.23 g; Tłuszcz: 102.41 g; Węglowodany ogółem: 261.15 g; Sól: 11.47 g; suma cukrów prostych: 73.76 g; NKT: 51.48 g; Błonnik pokarmowy: 27.23 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-01-28 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 , 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. pszena, masło) 350ml (MLE, SEL), KOTLECICKI Z INDYKA Z WARZYWAMI (indyk, jajko, bułka tarta, warzywa, olej) 120g (GLU, JAJ), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , SUROWKA: 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 pszena, marchew, jajko, 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;		
środa 2026-01-28 Dieta: SZ. MSWiA-ŁATWOSTRAWNA		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszena, 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. pszena, masło) 350ml (MLE, SEL), PULPECIKI Z INDYKA (indyk, jaja, bułka tarta) 120g (JAJ), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , SOS CYTRYNOWY 100ml (GLU, MLE), SZPINAK GOTOWANY 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszena, 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: 2212.56 kcal; Białko ogółem: 109.97 g; Tłuszcz: 93.57 g; Węglowodany ogółem: 241.53 g; Sól: 15.54 g; suma cukrów prostych: 57.62 g; NKT: 51.13 g; Błonnik pokarmowy: 18.51 g;		
środa 2026-01-28 Dieta: SZ. MSWiA-ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszena, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA 30g , SEREK KANAPKOWY TWAROGOWY (ser twarogowy, sól) 40g (MLE), RUKOLA 20g , JABŁKO PIECZONE 150g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , K. B. KASZA MANNA (mleko 2% tł., kasza manna) 300ml (GLU, MLE),	ZUPA NEAPOLITAŃSKA bezml (marchew, seler, pietruszka, makaron-pszenica durum, m. pszena) 350ml (GLU, SEL), mielone PULPECIKI Z INDYKA 120g (JAJ), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , SOS CYTRYNOWY 100ml (GLU, MLE), SZPINAK GOTOWANY 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszena, 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: 1861.81 kcal; Białko ogółem: 83.75 g; Tłuszcz: 58.68 g; Węglowodany ogółem: 260.33 g; Sól: 9.22 g; suma cukrów prostych: 59.43 g; NKT: 35.08 g; Błonnik pokarmowy: 20.30 g;		
środa 2026-01-28 Dieta: SZ. MSWiA-Z OGR. SUBST POBUDZ. WYDZIELANIE SOKU ŻOŁ		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszena, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA 30g , SEREK KANAPKOWY TWAROGOWY (ser twarogowy, sól) 40g (MLE), RUKOLA 20g , JABŁKO PIECZONE 150g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , K. B. KASZA MANNA (mleko 2% tł., kasza manna) 300ml (GLU, MLE),	ZUPA NEAPOLITAŃSKA bezml (marchew, seler, pietruszka, makaron-pszenica durum, m. pszena) 350ml (GLU, SEL), mielone PULPECIKI Z INDYKA 120g (JAJ), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , SOS CYTRYNOWY 100ml (GLU, MLE), SZPINAK GOTOWANY 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ,	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszena, 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: 1861.81 kcal; Białko ogółem: 83.75 g; Tłuszcz: 58.68 g; Węglowodany ogółem: 260.33 g; Sól: 9.22 g; suma cukrów prostych: 59.43 g; NKT: 35.08 g; Błonnik pokarmowy: 20.30 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-01-28 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 SZYNKA KONSERWOWA 30g, mozzarella 40g (MLE), 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),	ZUPA NEAPOLITAŃSKA (marchew, seler, pietruszka, serek topiony, makaron-pszemica durum, m. pszenna, masło) 350ml (MLE, SEL), KOTLECICKI Z INDYKA Z WARZYWAMI (indyk, jajko, bułka tarta, warzywa, olej) 120g (GLU, JAJ), ZIEMIANKI 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), 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: 2272.76 kcal; Białko ogółem: 98.72 g; Tłuszcz: 101.99 g; Węglowodany ogółem: 253.20 g; Sól: 11.47 g; suma cukrów prostych: 66.70 g; NKT: 43.30 g; Błonnik pokarmowy: 26.63 g;		
środa 2026-01-28 Dieta: SZ. MSWiA- PAKOWATA (PRZETARTA)		
Pieczewo pszenne bez skórki 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA mielona 30g, mozzarella 40g (MLE), JABŁKO PIECZONE 150g, KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), KASZA MANNA miksowana 300ml (GLU, MLE),	miksowana ZUPA NEAPOLITAŃSKA 350ml (MLE, SEL), mielone PULPECIKI Z INDYKA 120g (JAJ), ZIEMIANKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g (MLE), SOS CYTRYNOWY 100ml (GLU, MLE), SZPINAK GOTOWANY BLENDOWANY 150g, KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml,	Pieczewo pszenne bez skórki 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ mielona 30g, mielona SAŁATKA JARZYNOWA 150g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: JOGURT OWOCOWY (mleko, kultury bakterii, owoce) 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2274.85 kcal; Białko ogółem: 109.52 g; Tłuszcz: 98.73 g; Węglowodany ogółem: 246.08 g; Sól: 15.54 g; suma cukrów prostych: 61.24 g; NKT: 54.59 g; Błonnik pokarmowy: 17.70 g;		
środa 2026-01-28 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;		
środa 2026-01-28 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, JABŁKO PIECZONE 150g, KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), KASZA MANNA miksowana 300ml (GLU, MLE), II Śniadanie: mozzarella 40g (MLE), PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 30g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml,	miksowana ZUPA NEAPOLITAŃSKA 350ml (MLE, SEL), mielone PULPECIKI Z INDYKA 100g (JAJ), SOS CYTRYNOWY 100ml (GLU, MLE), ZIEMIANKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g (MLE), SZPINAK GOTOWANY BLENDOWANY 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), mielona SAŁATKA JARZYNOWA 150g (MLE), WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ mielona 30g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY (mleko, kultury bakterii) 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2344.95 kcal; Białko ogółem: 106.99 g; Tłuszcz: 106.83 g; Węglowodany ogółem: 256.62 g; Sól: 15.97 g; suma cukrów prostych: 72.89 g; NKT: 57.32 g; Błonnik pokarmowy: 31.68 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-01-28 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 , MIÓD 30g , RUKOLA 20g , JABŁKO (1 szt.) 150g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , OWSIANKA BEZMLECZNA (napój owsiany, płatki owsiane) 300ml (GLU),	ZUPA NEAPOLITAŃSKA bezml (marchew, seler, pietruszka, makaron-pszemica durum, m. pszenna) 350ml (GLU, SEL), PULPECIKI Z INDYKA (indyk, jaja, bułka tarta) 120g (JAJ), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , SOS KOPERKOWY NIEZABIELANY 100g (GLU), SZPINAK 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 SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g , SAŁATKA JARZYNOWA (marchew, seler, groszek, ziemniaki, jog. nat.) 150g (MLE), SAŁATA 50g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY 330ml , WAFLE KUKURYDZIANE 35g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1926.53 kcal; Białko ogółem: 80.44 g; Tłuszcz: 42.49 g; Węglowodany ogółem: 315.67 g; Sól: 9.22 g; suma cukrów prostych: 42.75 g; NKT: 5.01 g; Błonnik pokarmowy: 28.42 g;		
czwartek 2026-01-29 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 , SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 40g , OGÓREK KONSERWOWY 80g , SZPINAK ŚWIEŻY 20g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), PŁATKI ORKISZOWE (mleko 2%, płatki orkiszowe) 300ml (MLE),	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 ,	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: 2153.87 kcal; Białko ogółem: 105.00 g; Tłuszcz: 74.56 g; Węglowodany ogółem: 279.51 g; Sól: 8.41 g; suma cukrów prostych: 59.31 g; NKT: 29.87 g; Błonnik pokarmowy: 26.59 g;		
czwartek 2026-01-29 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 , SZPINAK ŚWIEŻY 20g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), PŁATKI ORKISZOWE (mleko 2%, 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 ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-01-29		
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 , SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 40g , SZPINAK ŚWIEŻY 20g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), PŁATKI ORKISZOWE (mleko 2%, płatki orkiszowe) 300ml (MLE), POMARAŃCZA (1/2 szt.) 120g ,	ZUPA CUKINIOWA JARSKA (cukinia, seler, pietruszka korzeń, marchew, ziemniaki, mąka pszenna) 350ml (GLU, SEL), MIELONE Z ŁOPATKI W SOSIE POMIDOROWYM (wieprzowina łopátka, pomidory, sól, oregano, olej) 150g (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),	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: 2296.21 kcal; Białko ogółem: 110.65 g; Tłuszcz: 76.01 g; Węglowodany ogółem: 304.44 g; Sól: 6.90 g; suma cukrów prostych: 62.68 g; NKT: 30.65 g; Błonnik pokarmowy: 22.92 g;		
czwartek 2026-01-29		
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 , SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 40g , SZPINAK ŚWIEŻY 20g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , PŁATKI ORKISZOWE (mleko 2%, płatki orkiszowe) 300ml (MLE), SOK JABŁKOWY 200ml ,	ZUPA CUKINIOWA JARSKA (cukinia, seler, pietruszka korzeń, marchew, ziemniaki, mąka pszenna) 350ml (GLU, SEL), BITKI WIEPRZOWE 100g (GLU), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , MARCHEW GOTOWANA 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , SOS KOPERKOWY 100g (JAJ),	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: 2230.74 kcal; Białko ogółem: 115.77 g; Tłuszcz: 76.25 g; Węglowodany ogółem: 273.84 g; Sól: 6.15 g; suma cukrów prostych: 63.23 g; NKT: 29.62 g; Błonnik pokarmowy: 24.24 g;		
czwartek 2026-01-29		
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 , SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 40g , SZPINAK ŚWIEŻY 20g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , PŁATKI ORKISZOWE (mleko 2%, płatki orkiszowe) 300ml (MLE), SOK JABŁKOWY 200ml ,	ZUPA CUKINIOWA JARSKA (cukinia, seler, pietruszka korzeń, marchew, ziemniaki, mąka pszenna) 350ml (GLU, SEL), BITKI WIEPRZOWE 100g (GLU), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , MARCHEW GOTOWANA 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , SOS KOPERKOWY 100g (JAJ),	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 , WAFLE RYŻOWE 35g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2367.24 kcal; Białko ogółem: 118.57 g; Tłuszcz: 77.37 g; Węglowodany ogółem: 302.19 g; Sól: 6.15 g; suma cukrów prostych: 63.23 g; NKT: 29.62 g; Błonnik pokarmowy: 24.24 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-01-29 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, SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 40g, SZPINAK ŚWIEŻY 20g, KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), PŁATKI ORKISZOWE (mleko 2%, 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,	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g, GALARETKA DROBIOWA (pierś z kurczaka, marchew, groszek konserw., żelatyna) 100g, WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA wędzona 30g, POMIDOR KROJONY 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: PRZEKĄSKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2145.77 kcal; Białko ogółem: 104.79 g; Tłuszcz: 73.81 g; Węglowodany ogółem: 279.63 g; Sól: 8.40 g; suma cukrów prostych: 59.13 g; NKT: 13.45 g; Błonnik pokarmowy: 26.59 g;		
czwartek 2026-01-29 Dieta: SZ. MSWiA- PAKOWATA (PRZETARTA)		
Pieczywo pszenne bez skórki 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SUCHA WIEPRZOWA mielona 30g, SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 40g, KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), PŁATKI ORKISZOWE miksowane 300ml (MLE), SOK JABŁKOWY 200ml,	miksowana ZUPA CUKINIOWA 350ml (GLU, SEL), mielone BITKI WIEPRZOWE 100g (GLU), ZIEMNIANKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g (MLE), MARCHEW PUREE 150g, KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml, SOS KOPERKOWY 100g (JAJ),	Pieczywo pszenne bez skórki 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), Wędlina wieprzowa mielona 30g, GALARETA DROBIOWA Z MIELONYM MIĘSEM I WARZYWAMI 100g, POMIDOR MIKSOWANY 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: PRZEKĄSKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2294.88 kcal; Białko ogółem: 115.93 g; Tłuszcz: 82.11 g; Węglowodany ogółem: 276.46 g; Sól: 5.60 g; suma cukrów prostych: 66.63 g; NKT: 33.59 g; Błonnik pokarmowy: 23.92 g;		
czwartek 2026-01-29 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 2026-01-29 Dieta: SZ. MSWiA- OGR WĘGL (PRZETARTA)		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 60g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), WĘDLINA SUCHA WIEPRZOWA mielona 30g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), PŁATKI ORKISZOWE miksowane 300ml (MLE), SOK JABŁKOWY 200ml , II Śniadanie: SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 40g , PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 30g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	miksowana ZUPA CUKINIOWA 350ml (GLU, SEL), mielone BITKI WIEPRZOWE 100g (GLU), ZIEMNIAKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g (MLE), MARCHEW PUREE 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , SOS KOPERKOWY 100g (JAJ), Podwieczorek: KOKTAJL KEFIR Z BRZOSKWINIĄ 200g (MLE),	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), GALARETA DROBIOWA Z MIELONYM MIĘSEM I WARZYSZAMI 100g , Wędlina wieprzowa mielona 30g , POMIDOR MIKSOWANY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: PRZEKAŚKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2414.23 kcal; Białko ogółem: 119.14 g; Tłuszcz: 90.34 g; Węglowodany ogółem: 291.12 g; Sól: 5.82 g; suma cukrów prostych: 81.63 g; NKT: 38.20 g; Błonnik pokarmowy: 36.74 g;		
czwartek 2026-01-29 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 , DŻEM WIŚNIOWY NISKOSŁODZONY (wiśnie 40%, cukier, woda, pektyny, guma guar) 30g , SZPINAK ŚWIEŻY 20g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , płatki orkiszowe na napoju ryżowym 300ml (GLU), POMARANCZA (1/2 szt.) 120g ,	ZUPA CUKINIOWA JARSKA (cukinia, seler, pietruszka korzeń, marchew, ziemniaki, mąka pszenna) 350ml (GLU, SEL), MIELONE Z ŁOPATKI W SOSIE POMIDOROWYM (wieprzowina łopatką, pomidory, sól, oregano, olej) 150g (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),	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g , WĘDLINA POLĘDWICA 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: 2321.92 kcal; Białko ogółem: 94.31 g; Tłuszcz: 70.61 g; Węglowodany ogółem: 339.03 g; Sól: 6.32 g; suma cukrów prostych: 66.61 g; NKT: 9.08 g; Błonnik pokarmowy: 22.50 g;		
piątek 2026-01-30 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 ŻÓŁTY 25g (MLE), WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g , 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 ,	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: 1866.06 kcal; Białko ogółem: 96.26 g; Tłuszcz: 55.62 g; Węglowodany ogółem: 257.36 g; Sól: 8.32 g; suma cukrów prostych: 78.77 g; NKT: 27.25 g; Błonnik pokarmowy: 24.53 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-01-30 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), 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;		
piątek 2026-01-30 Dieta: SZ. MSWiA-ŁATWOSTRAWNA		
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 ,	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: 1876.55 kcal; Białko ogółem: 103.83 g; Tłuszcz: 48.54 g; Węglowodany ogółem: 265.80 g; Sól: 7.88 g; suma cukrów prostych: 75.57 g; NKT: 26.76 g; Błonnik pokarmowy: 18.83 g;		
piątek 2026-01-30 Dieta: SZ. MSWiA-ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), TWARÓG 40g (MLE), WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g , KIEŁKI 20g , MUS JABŁKOWY (jabłka, sok z cytryny) 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , 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), SZPINAK 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), DŻEM TRUSKAWKOWY NISKOSŁODZONY (truskawki 40%, cukier, woda, pektyny, guma guar) 30g , WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g , PASTA Z ZIELONYCH WARZYW 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SEREK HOMOGENIZOWANY (ser twarogowy odtłuszczony, śmietanka) 140g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1859.14 kcal; Białko ogółem: 100.78 g; Tłuszcz: 47.57 g; Węglowodany ogółem: 259.30 g; Sól: 7.87 g; suma cukrów prostych: 76.94 g; NKT: 25.99 g; Błonnik pokarmowy: 16.07 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-01-30 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), TWARÓG 40g (MLE), WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g, KIEŁKI 20g, MUS JABŁKOWY (jabłka, sok z cytryny) 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, 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), SZPINAK 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), DŻEM TRUSKAWKOWY NISKOSŁODZONY (truskawki 40%, cukier, woda, pektyny, guma guar) 30g, WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g, PASTA Z ZIELONYCH WARZYW 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: SEREK HOMOGENIZOWANY (ser twarogowy odtłuszczony, śmietanka) 140g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1859.14 kcal; Białko ogółem: 100.78 g; Tłuszcz: 47.57 g; Węglowodany ogółem: 259.30 g; Sól: 7.87 g; suma cukrów prostych: 76.94 g; NKT: 25.99 g; Błonnik pokarmowy: 16.07 g;		
piątek 2026-01-30 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 ŻÓŁTY 25g (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,	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g, 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: 1851.35 kcal; Białko ogółem: 101.28 g; Tłuszcz: 48.15 g; Węglowodany ogółem: 266.10 g; Sól: 7.75 g; suma cukrów prostych: 78.09 g; NKT: 10.30 g; Błonnik pokarmowy: 25.04 g;		
piątek 2026-01-30 Dieta: SZ. MSWiA- PĄPKOWATA (PRZETARTA)		
Pieczycwo pszenne bez skórki 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), SEREK TOPIONY 40g (MLE), Wędlna drobiowa mielona 30g, MUS JABŁKOWY (jabłka, sok z cytryny) 100g, KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), KASZA JAGLANA miksowana 300ml (MLE),	ZUPA KREM Z DYNI JARSKA, BEZGLUT. BEZMLECZNA (dynia, ziemniak) 350ml, zmiksowana RYBA NA PARZE (dorsz) 100g (RYB), ZIEMNIAKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g (MLE), SOS KOPERKOWY 100g (JAJ), BROKUŁ GOTOWANY MIKSOWANY 150g, KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml,	Pieczycwo pszenne bez skórki 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA mielona 30g, DŻEM WIŚNIOWY NISKOSŁODZONY (wiśnie 40%, cukier, woda, pektyny, guma guar) 30g, PASTA Z ZIELONYCH WARZYW 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: SEREK HOMOGENIZOWANY (ser twarogowy odtłuszczony, śmietanka) 140g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2086.45 kcal; Białko ogółem: 102.95 g; Tłuszcz: 63.69 g; Węglowodany ogółem: 278.58 g; Sól: 5.45 g; suma cukrów prostych: 86.70 g; NKT: 35.87 g; Błonnik pokarmowy: 17.49 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-01-30 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;		
piątek 2026-01-30 Dieta: SZ. MSWiA- OGR WĘGL (PRZETARTA)		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 60g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), SEREK TOPIONY 40g (MLE), MUS JABŁKOWY (jabłka, sok z cytryny) 100g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), KASZA JAGLANA miksowana 300ml (MLE), II Śniadanie: Wędlina drobiowa mielona 30g , PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 30g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,	ZUPA KREM Z DYNI JARSKA, BEZGLUT. BEZMLECZNA (dynia, ziemniak) 350ml , zmikсована RYBA NA PARZE (dorsz) 100g (RYB), ZIEMNIAKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g (MLE), SOS KOPERKOWY 100g (JAJ), BROKUŁ GOTOWANY MIKSOWANY 150g , KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Podwieczorek: MUS JAGLANY Z ŻURAWINĄ i CYNAMONEM (kasza jaglana, mleko, żurawina, cynamon) 200g (MLE),	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA mielona 30g , PASZTET SOJOWY (woda, olej rzepakowy, białko sojowe, cebula, skrobia kukurydziana, konc. pomid., gorczyca, sól) 40g (SOJ), PASTA Z ZIELONYCH WARZYW 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: SEREK HOMOGENIZOWANY (ser twarogowy odtłuszczony, śmietanka) 140g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2193.86 kcal; Białko ogółem: 105.53 g; Tłuszcz: 77.02 g; Węglowodany ogółem: 277.45 g; Sól: 5.52 g; suma cukrów prostych: 81.58 g; NKT: 38.56 g; Błonnik pokarmowy: 29.60 g;		
piątek 2026-01-30 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 DROBIOWA z kurczaka 30g , KIEŁKI 20g , MANDARYNKA (1 szt) 65g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , KASZA JAGLANA "sojowa" (kasza jaglana, napój sojowy) 300ml ,	ZUPA DYNIOWA (dynia, marchew, ziemniaki, seler) 350ml , RYBA NA PARZE (dorsz) 100g (RYB), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , SOS KOPERKOWY NIEZABIELANY 100g (GLU), 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 SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g , SAŁATKA GRECKA bezml. (sałata, pomidor, ogórek, oliwa, pieprz, zioła suszone) 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: krakersy 50g (GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1935.25 kcal; Białko ogółem: 72.78 g; Tłuszcz: 54.70 g; Węglowodany ogółem: 295.55 g; Sól: 8.33 g; suma cukrów prostych: 31.23 g; NKT: 2.16 g; Błonnik pokarmowy: 19.56 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-01-31 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 (tuńczyk, majonez, koper, ogórek kiszony) 40g (RYB), WĘDLINA Z WARZYWAMI 30g, 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,	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: 2393.47 kcal; Białko ogółem: 108.88 g; Tłuszcz: 69.82 g; Węglowodany ogółem: 343.19 g; Sól: 7.48 g; suma cukrów prostych: 84.59 g; NKT: 28.06 g; Błonnik pokarmowy: 28.09 g;		
sobota 2026-01-31 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 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) 40g (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: 2370.80 kcal; Białko ogółem: 113.53 g; Tłuszcz: 69.34 g; Węglowodany ogółem: 337.70 g; Sól: 7.69 g; suma cukrów prostych: 74.28 g; NKT: 31.85 g; Błonnik pokarmowy: 35.10 g;		
sobota 2026-01-31 Dieta: SZ. MSWiA-ŁATWOSTRAWNA		
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,	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: 2256.68 kcal; Białko ogółem: 109.89 g; Tłuszcz: 59.92 g; Węglowodany ogółem: 328.41 g; Sól: 7.37 g; suma cukrów prostych: 64.47 g; NKT: 27.59 g; Błonnik pokarmowy: 24.88 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-01-31		
Dieta: SZ. MSWiA-LATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
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, 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), RYŻ ugotowany 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 POŁĘDWICA WIEPRZOWA SUROWA 30g, PASTA Z BIAŁKA JAJ Z KOPERKIEM (białko jaja, jogurt nat.-mleko, kultury bakterii, koperek) 40g (JAJ, MLE), POMIDOR KROJONY 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: MUS WIELOWARZYWNY 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2177.05 kcal; Białko ogółem: 103.30 g; Tłuszcz: 55.08 g; Węglowodany ogółem: 326.00 g; Sól: 7.17 g; suma cukrów prostych: 61.96 g; NKT: 25.78 g; Błonnik pokarmowy: 24.92 g;		
sobota 2026-01-31		
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), PASTA Z TUŃCZYKA BEZMLECZNA (tuńczyk, koper, ogórek kiszony) 40g (RYB), WĘDLINA Z WARZYWAMI 30g, ROSZPONKA 20g, BANAN (1 szt.) 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), RYŻ ugotowany 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 POŁĘDWICA WIEPRZOWA SUROWA 30g, PASTA Z BIAŁKA JAJ Z KOPERKIEM (białko jaja, jogurt nat.-mleko, kultury bakterii, koperek) 40g (JAJ, MLE), POMIDOR KROJONY 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: MUS WIELOWARZYWNY 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2177.05 kcal; Białko ogółem: 103.30 g; Tłuszcz: 55.08 g; Węglowodany ogółem: 326.00 g; Sól: 7.17 g; suma cukrów prostych: 61.96 g; NKT: 25.78 g; Błonnik pokarmowy: 24.92 g;		
sobota 2026-01-31		
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 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 BASMATI 250g, SURÓWKA: KAPUSTA CZERWONA (kapusta czerwona, sól, cukier, 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 POŁĘDWICA WIEPRZOWA SUROWA 30g, JAJKO GOTOWANE 1szt (JAJ), POMIDOR KROJONY 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: MUS WIELOWARZYWNY 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2327.29 kcal; Białko ogółem: 108.57 g; Tłuszcz: 62.75 g; Węglowodany ogółem: 343.10 g; Sól: 7.40 g; suma cukrów prostych: 84.25 g; NKT: 11.20 g; Błonnik pokarmowy: 28.08 g;		
sobota 2026-01-31		
Dieta: SZ. MSWiA- PAKOWATA (PRZETARTA)		
Pieczycwo pszenne bez skórki 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), PASTA Z TUŃCZYKA BEZMLECZNA (tuńczyk, koper, ogórek kiszony) 40g (RYB), WĘDLINA Z WARZYWAMI mielona 30g, BANAN miksowany 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 PIERS-MIKSOWANA 100g, ZIEMNIAKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g (MLE), BUKIET WARZYW GOT. MIKSOWANY 150g, SOS KOPERKOWY 100g (JAJ), KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml,	Pieczycwo pszenne bez skórki 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), Wędlina wieprzowa mielona 30g, PASTA JAJECZNA (jaja, szczypiorek) 40g (JAJ), POMIDOR MIKSOWANY 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml, Posiłek nocny: MUS WIELOWARZYWNY 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2050.67 kcal; Białko ogółem: 109.70 g; Tłuszcz: 61.75 g; Węglowodany ogółem: 270.74 g; Sól: 7.05 g; suma cukrów prostych: 63.97 g; NKT: 29.37 g; Błonnik pokarmowy: 22.20 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA ZOL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-01-31		
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;		
sobota 2026-01-31		
Dieta: SZ. MSWiA- OGR WĘGL (PRZETARTA)		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 60g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), WĘDLINA Z WARZYWAMI mielona 30g , SOK PORZECzkOWY 200ml , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), OWSIANKA miksowana 300ml (GLU, MLE), II Śniadanie: PASTA Z TUŃCZYKA BEZMLECZNA (tuńczyk, koper, ogórek kiszony) 40g (RYB), PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 30g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g (MLE), 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), SOS KOPERKOWY 100g (JAJ), KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , BUKIET WARZYW GOT. MIKSOWANY 150g , Podwieczorek: BUDYŃ ŚMIETANKOWY BEZ CUKRU (mleko 2%, budyń proszek) 200g (MLE),	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE- bez skórki, rozmoczone 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), PASTA JAJECZNA (jaja, szczypiorek) 40g (JAJ), Wędlina wieprzowa mielona 30g , POMIDOR MIKSOWANY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: MUS WIELOWARZYWNY 100g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2180.71 kcal; Białko ogółem: 111.08 g; Tłuszcz: 69.42 g; Węglowodany ogółem: 283.96 g; Sól: 7.28 g; suma cukrów prostych: 77.92 g; NKT: 33.64 g; Błonnik pokarmowy: 32.61 g;		
sobota 2026-01-31		
Dieta: SZ. MSWiA- ŁATWOSTR. BEZMLECZNA		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g (GLU), MASŁO ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g , PASTA Z TUŃCZYKA BEZMLECZNA (tuńczyk, koper, ogórek kiszony) 40g (RYB), WĘDLINA Z WARZYWAMI 30g , ROSZPONKA 20g , BANAN (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), RYŻ ugotowany 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 ROŚLINNE (olej rzepakowy, olej słonecznikowy, woda) 15g , WĘDLINA POLĘDWICA WIEPRZOWA SUROWA 30g , JAJKO GOTOWANE 1szt (JAJ), POMIDOR KROJONY 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Posiłek nocny: MUS WIELOWARZYWNY 100g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2082.93 kcal; Białko ogółem: 97.39 g; Tłuszcz: 52.46 g; Węglowodany ogółem: 312.19 g; Sól: 7.07 g; suma cukrów prostych: 43.26 g; NKT: 6.49 g; Błonnik pokarmowy: 22.81 g;		