Fundacja Pro Omnis Jarużyńska 9, 85-790, Bydgoszcz

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2026-11-11	**Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-podst. (poł/gin)**	
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA SZYNKA WIEPRZOWA 60g , Zawiera: ; JAJKO GOTOWANE 1szt , Zawiera: JAJ; PAPRYKA ŚWIEŻA 80g , Zawiera: ; SAŁATA 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; MAKARON NA MLEKU (mleko 2% tł., makaron z pszenicy durum) 300g , Zawiera: GLU, MLE;	ZUPA TOSKAŃSKA B/ML B/GL (włoszczyzna, kasza jaglana, soczewica, mleczko kokosowe, szpinak, suszone pomidory, koncentat pom., 350g , Zawiera: SEL; BITKI WIEPRZOWE duszone (schab, mąka pszenna, olej) 100g , Zawiera: GLU; ZIEMNIAKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g , Zawiera: MLE; SURÓWKA: PEKINKA Z MARCHEWKĄ (k. pekińska, marchew, koper, olej rzepakowy) 150g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ; SOS PIECZENIOWY (sos własny, mąka pszenna) 100g , Zawiera: GLU;	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; MOZZARELLA (ser) 40g , Zawiera: MLE; WĘDLINA Z INDYKA 30g , Zawiera: ; SAŁATKA Z BURAKA NA RUKOLI (rukola, burak, słonecznik, ser favita) 100g , Zawiera: MLE; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
	Podwieczorek: KEFIR 200.0ml , Zawiera: MLE;	Posiłek nocny: SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 150g , Zawiera: ;

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2523.20 kcal; Białko ogółem: 139.99 g; Tłuszcz: 100.55 g; Węglowodany ogółem: 276.66 g; Sól: 6.96 g; cukry proste: 58.20 g; NKT: 39.54 g; Błonnik pokarmowy: 25.27 g;

środa 2026-11-11	**Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-łatwostrawna (poł/gin)**	
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g , Zawiera: ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA SZYNKA WIEPRZOWA 60g , Zawiera: ; JAJKO GOTOWANE 1szt , Zawiera: JAJ; BANAN (1 szt.) 100g , Zawiera: ; SAŁATA 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; MAKARON NA MLEKU (mleko 2% tł., makaron z pszenicy durum) 300g , Zawiera: GLU, MLE;	ZUPA KOPERKOWA Z KASZĄ JAGLANĄ 350g , Zawiera: GLU, SEL; BITKI WIEPRZOWE duszone (schab, mąka pszenna, olej) 100g , Zawiera: GLU; ZIEMNIAKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g , Zawiera: MLE; SOS PIECZENIOWY (sos własny, mąka pszenna) 100g , Zawiera: GLU; SURÓWKA: PEKINKA Z MARCHEWKĄ (k. pekińska, marchew, koper, olej rzepakowy) 150g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ;	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g , Zawiera: ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; MOZZARELLA (ser) 40g , Zawiera: MLE; WĘDLINA Z INDYKA 45g , Zawiera: ; SAŁATKA Z BURAKA NA RUKOLI (rukola, burak, słonecznik, ser favita) 100g , Zawiera: MLE; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
	Podwieczorek: KEFIR 200.0ml , Zawiera: MLE;	Posiłek nocny: SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 150g , Zawiera: ;

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2582.63 kcal; Białko ogółem: 141.27 g; Tłuszcz: 98.88 g; Węglowodany ogółem: 290.74 g; Sól: 10.20 g; cukry proste: 64.29 g; NKT: 39.78 g; Błonnik pokarmowy: 19.05 g;

środa 2026-11-11	**Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-ogr węgl. (poł/gin)**	
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g , Zawiera: MLE; WĘDLINA SZYNKA WIEPRZOWA 60g , Zawiera: ; PAPRYKA ŚWIEŻA 80g , Zawiera: ; SAŁATA 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; MAKARON NA MLEKU (mleko 2% tł., makaron z pszenicy durum) 300g , Zawiera: GLU, MLE;	ZUPA TOSKAŃSKA B/ML B/GL (włoszczyzna, kasza jaglana, soczewica, mleczko kokosowe, szpinak, suszone pomidory, koncentat pom., 350g , Zawiera: SEL; BITKI WIEPRZOWE duszone (schab, mąka pszenna, olej) 100g , Zawiera: GLU; ZIEMNIAKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g , Zawiera: MLE; KALAFIOR GOTOWANY 75g , Zawiera: ; SURÓWKA: PEKINKA Z MARCHEWKĄ (k. pekińska, marchew, koper, olej rzepakowy) 75g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ; SOS PIECZENIOWY (sos własny, mąka pszenna) 100g , Zawiera: GLU;	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA Z INDYKA 30g , Zawiera: ; MOZZARELLA (ser) 40g , Zawiera: MLE; SAŁATKA Z BURAKA NA RUKOLI (rukola, burak, słonecznik, ser favita) 100g , Zawiera: MLE; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
II Śniadanie: JAJKO GOTOWANE mielone 1szt , Zawiera: JAJ; PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g , Zawiera: MLE; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;	Podwieczorek: KEFIR 200.0ml , Zawiera: MLE;	Posiłek nocny: SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 150g , Zawiera: ;

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2531.41 kcal; Białko ogółem: 140.13 g; Tłuszcz: 104.43 g; Węglowodany ogółem: 272.90 g; Sól: 6.96 g; cukry proste: 57.28 g; NKT: 42.21 g; Błonnik pokarmowy: 30.80 g;

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital MSWiA

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2026-11-12	**Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-podst. (poł/gin)**	
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; PASTA Z CIECIERZYCY I PIECZONEJ PAPRYKI (ciecierzyca, papryka czerwona, czosnek, natka pietruszki, kmin rzymski) 40g , Zawiera: ; WĘDLINA POLĘDWICA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; ŚLIWKA 100g , Zawiera: ; RUKOLA 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; JAGLANKA (mleko 2% tł., płatki jaglane) 300g , Zawiera: MLE;	ZUPA Z FASOLKĄ SZPARAGOWĄ JARSKA (fasolka szp.,seler, pietruszka,marchew,ziemniaki,mąka pszenna) 350g , Zawiera: GLU, SEL; UDKO DUSZONE (cwiartka kurczaka, przyprawy) 150g , Zawiera: ; SOS ŚMIETANOWY (mąka pszenna, olej rzepakowy, śmietana 30%) 100g , Zawiera: GLU, MLE; RYŻ BRĄZOWY 250g , Zawiera: ; SAŁATA Z JOGURTEM I KOPERKIEM 150g , Zawiera: MLE; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ;	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA SUCHA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; PASTA Z TUŃCZYKA (tuńczyk, majonez, koper, ogórek kiszony) 40g , Zawiera: ; POMIDOR KROJONY 100g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
	Podwieczorek: WAFLE ORKISZOWE 35g , Zawiera: ;	Posiłek nocny: JOGURT OWOCOWY (mleko, kultury bakterii, owoce) 1szt , Zawiera: MLE;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2352.99 kcal; Białko ogółem: 96.78 g; Tłuszcz: 73.25 g; Węglowodany ogółem: 338.34 g; Sól: 5.77 g; cukry proste: 53.32 g; NKT: 32.02 g; Błonnik pokarmowy: 26.58 g;		
czwartek 2026-11-12	**Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-łatwostrawna (poł/gin)**	
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g , Zawiera: ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; MIÓD (20 g) 20g , Zawiera: ; WĘDLINA POLĘDWICA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; MUS BRZOSKWINIOWY 100g , Zawiera: ; RUKOLA 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; JAGLANKA (mleko 2% tł., płatki jaglane) 300g , Zawiera: MLE;	ZUPA Z FASOLKĄ SZPARAGOWĄ JARSKA (fasolka szp.,seler, pietruszka,marchew,ziemniaki,mąka pszenna) 350g , Zawiera: GLU, SEL; UDKO DUSZONE (cwiartka kurczaka, przyprawy) 150g , Zawiera: ; RYŻ ugotowany 250g , Zawiera: ; SOS ŚMIETANOWY (mąka pszenna, olej rzepakowy, śmietana 30%) 100g , Zawiera: GLU, MLE; SAŁATA Z JOGURTEM I KOPERKIEM 150g , Zawiera: MLE; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ;	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g , Zawiera: ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA SUCHA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; PASTA Z TUŃCZYKA LEKKOSTRAWNA (tuńczyk, marchew, koper) 40g , Zawiera: RYB; POMIDOR KROJONY 100g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
	Podwieczorek: WAFLE ORKISZOWE 35g , Zawiera: ;	Posiłek nocny: JOGURT OWOCOWY (mleko, kultury bakterii, owoce) 1szt , Zawiera: MLE;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2346.37 kcal; Białko ogółem: 94.45 g; Tłuszcz: 63.51 g; Węglowodany ogółem: 357.63 g; Sól: 5.54 g; cukry proste: 57.06 g; NKT: 31.25 g; Błonnik pokarmowy: 18.99 g;		
czwartek 2026-11-12	**Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-ogr węgl. (poł/gin)**	
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g , Zawiera: MLE; WĘDLINA POLĘDWICA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; ŚLIWKA 100g , Zawiera: ; RUKOLA 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; JAGLANKA (mleko 2% tł., płatki jaglane) 300g , Zawiera: MLE;	ZUPA Z FASOLKĄ SZPARAGOWĄ JARSKA (fasolka szp.,seler, pietruszka,marchew,ziemniaki,mąka pszenna) 350g , Zawiera: GLU, SEL; UDKO DUSZONE (cwiartka kurczaka, przyprawy) 150g , Zawiera: ; SOS ŚMIETANOWY (mąka pszenna, olej rzepakowy, śmietana 30%) 100g , Zawiera: GLU, MLE; RYŻ BRĄZOWY 250g , Zawiera: ; MARCHEW GOTOWANA 75g , Zawiera: ; SAŁATA Z JOGURTEM I KOPERKIEM 75g , Zawiera: MLE; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ;	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA SUCHA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; PASTA Z TUŃCZYKA (tuńczyk, majonez, koper, ogórek kiszony) 40g , Zawiera: ; POMIDOR KROJONY 100g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
II Śniadanie: PASTA Z CIECIERZYCY I PIECZONEJ PAPRYKI (ciecierzyca, papryka czerwona, czosnek, natka pietruszki, kmin rzymski) 40g , Zawiera: ; PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g , Zawiera: MLE; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;	Podwieczorek: WAFLE ORKISZOWE 35g , Zawiera: ;	Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY (mleko, kultury bakterii) 1szt , Zawiera: MLE;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2414.89 kcal; Białko ogółem: 98.10 g; Tłuszcz: 80.43 g; Węglowodany ogółem: 341.82 g; Sól: 6.02 g; cukry proste: 59.34 g; NKT: 34.53 g; Błonnik pokarmowy: 33.64 g;		

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital MSWiA

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2026-11-13	**Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-podst. (poł/gin)**	
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; SER TOPIONY (plastry) 40g , Zawiera: ; WĘDLINA Z INDYKA 30g , Zawiera: ; JABŁKO (1 szt.) 164g , Zawiera: ; ROSZPONKA 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; OWSIANKA (mleko 2% tł., płatki owsiane) 300g , Zawiera: GLU, MLE;	ZUPA KREM Z DYNI JARSKA, BEZGLUT. BEZMLECZNA (dynia, ziemniak) 350g , Zawiera: ; RYBA PANIEROWANA SMAŻONA (morszczuk, bułka tarta, jajko, mleko, olej) 110g , Zawiera: GLU, JAJ, RYB, MLE; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; SURÓWKA: KAPUSTA KISZONA 150g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ;	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; SEREK ZIOŁOWY 40g , Zawiera: MLE; WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA 30g , Zawiera: ; SAŁATKA WIOSENNA (sałata, pomidor, ogórek, olej, zioła suszone) 100g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
	Podwieczorek: SAŁATKA KUSKUS perłowy Z WARZYWAMI I SEREM SAŁATKOWYM (kuskus perłowy, ser sałatkowy, papryka św., ogórek, zioła) 200g , Zawiera: GLU, MLE;	Posiłek nocny: MUS WIELOWARZYWNY (1 szt) 100g , Zawiera: ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2468.85 kcal; Białko ogółem: 98.38 g; Tłuszcz: 101.74 g; Węglowodany ogółem: 302.36 g; Sól: 7.04 g; cukry proste: 56.58 g; NKT: 40.98 g; Błonnik pokarmowy: 32.01 g;		
piątek 2026-11-13	**Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-łatwostrawna (poł/gin)**	
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g , Zawiera: ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; SER TOPIONY (plastry) 40g , Zawiera: ; WĘDLINA Z INDYKA 30g , Zawiera: ; JABŁKO (1 szt.) 164g , Zawiera: ; ROSZPONKA 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; OWSIANKA (mleko 2% tł., płatki owsiane) 300g , Zawiera: GLU, MLE;	ZUPA KREM Z DYNI JARSKA, BEZGLUT. BEZMLECZNA (dynia, ziemniak) 350g , Zawiera: ; RYBA DUSZONA (miruna) 100g , Zawiera: RYB; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; SOS CYTRYNOWY 100ml , Zawiera: GLU, MLE; BROKUŁ GOTOWANY 150g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ;	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g , Zawiera: ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; SEREK ZIOŁOWY 40g , Zawiera: MLE; WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA 30g , Zawiera: ; SAŁATKA WIOSENNA (sałata, pomidor, ogórek, olej, zioła suszone) 100g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
	Podwieczorek: SAŁATKA KUSKUS perłowy Z WARZYWAMI I SEREM SAŁATKOWYM (kuskus perłowy, ser sałatkowy, papryka św., ogórek, zioła) 200g , Zawiera: GLU, MLE;	Posiłek nocny: MUS WIELOWARZYWNY (1 szt) 100g , Zawiera: ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2394.60 kcal; Białko ogółem: 96.32 g; Tłuszcz: 96.58 g; Węglowodany ogółem: 294.41 g; Sól: 6.81 g; cukry proste: 53.89 g; NKT: 40.81 g; Błonnik pokarmowy: 26.24 g;		
piątek 2026-11-13	**Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-ogr węgl. (poł/gin)**	
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g , Zawiera: MLE; SER TOPIONY (plastry) 40g , Zawiera: ; JABŁKO (1 szt.) 164g , Zawiera: ; ROSZPONKA 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; OWSIANKA (mleko 2% tł., płatki owsiane) 300g , Zawiera: GLU, MLE;	ZUPA KREM Z DYNI JARSKA, BEZGLUT. BEZMLECZNA (dynia, ziemniak) 350g , Zawiera: ; RYBA PANIEROWANA SMAŻONA (morszczuk, bułka tarta, jajko, mleko, olej) 110g , Zawiera: GLU, JAJ, RYB, MLE; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; SURÓWKA: KAPUSTA KISZONA 75g , Zawiera: ; BROKUŁ GOTOWANY 75g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ;	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; SEREK ZIOŁOWY 40g , Zawiera: MLE; WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA 30g , Zawiera: ; SAŁATKA WIOSENNA (sałata, pomidor, ogórek, olej, zioła suszone) 100g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
II Śniadanie: WĘDLINA Z INDYKA 30g , Zawiera: ; PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 40g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g , Zawiera: MLE; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;	Podwieczorek: SAŁATKA KUSKUS perłowy Z WARZYWAMI I SEREM SAŁATKOWYM (kuskus perłowy, ser sałatkowy, papryka św., ogórek, zioła) 150g , Zawiera: GLU, MLE;	Posiłek nocny: MUS WIELOWARZYWNY (1 szt) 100g , Zawiera: ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2424.32 kcal; Białko ogółem: 97.38 g; Tłuszcz: 100.80 g; Węglowodany ogółem: 297.78 g; Sól: 6.78 g; cukry proste: 58.80 g; NKT: 42.87 g; Błonnik pokarmowy: 37.84 g;		

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital MSWiA

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2026-11-14	**Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-podst. (poł/gin)**	
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g , Zawiera: ; SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 40g , Zawiera: ; PAPRYKA ŻÓŁTA 80g , Zawiera: ; MIESZANKA SAŁAT (rukola, roszponka, sałata lodowa) 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; PŁATKI ORKISZOWE (mleko2%, płatki orkiszowe) 300g , Zawiera: GLU, MLE;	ZUPA ŻUREK JARSKI (ziemniaki, marchew, pietruszka, żurek kujawski,śmietanka30%) 350g , Zawiera: MLE, SEL; GULASZ WIEPRZOWY Z CUKINIĄ I PIECZARKAMI (wieprzowina, mąka pszenna, cukinia, pieczarki) 200g , Zawiera: GLU; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; SAŁATKA GRECKA (sałata, ser sałatkowy, pomidor, ogórek, oliwa, pieprz, zioła suszone) 150g , Zawiera: MLE; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ;	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; PASTA JAJECZNA (jaja, szczypiorek) 40g , Zawiera: JAJ; WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; POMIDOR KROJONY 100g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
	Podwieczorek: krakersy 20.0g , Zawiera: GLU, JAJ;	Posiłek nocny: CIASTECZKA OWSIANE (płatki owsiane, mąka pszenna, jaja, sól) 30g , Zawiera: GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2259.02 kcal; Białko ogółem: 98.19 g; Tłuszcz: 84.59 g; Węglowodany ogółem: 292.21 g; Sól: 6.66 g; cukry proste: 47.58 g; NKT: 36.40 g; Błonnik pokarmowy: 32.60 g;		
sobota 2026-11-14	**Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-łatwostrawna (poł/gin)**	
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g , Zawiera: ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g , Zawiera: ; SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 40g , Zawiera: ; POMARAŃCZA (1/2 szt.) 120g , Zawiera: ; MIESZANKA SAŁAT (rukola, roszponka, sałata lodowa) 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; PŁATKI ORKISZOWE (mleko2%, płatki orkiszowe) 300g , Zawiera: GLU, MLE;	ZUPA ZIEMNIACZANA JARSKA bezml. (ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 350g , Zawiera: SEL; GULASZ WIEPRZOWY Z CUKINIĄ I PIECZARKAMI (wieprzowina, mąka pszenna, cukinia, pieczarki) 200g , Zawiera: GLU; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; SAŁATKA GRECKA (sałata, ser sałatkowy, pomidor, ogórek, oliwa, pieprz, zioła suszone) 150g , Zawiera: MLE; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ;	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g , Zawiera: ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; PASTA JAJECZNA (jaja, szczypiorek) 40g , Zawiera: JAJ; POMIDOR KROJONY 100g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
	Podwieczorek: krakersy 20.0g , Zawiera: GLU, JAJ;	Posiłek nocny: CIASTECZKA OWSIANE (płatki owsiane, mąka pszenna, jaja, sól) 30g , Zawiera: GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2250.77 kcal; Białko ogółem: 98.32 g; Tłuszcz: 81.26 g; Węglowodany ogółem: 294.43 g; Sól: 8.12 g; cukry proste: 48.82 g; NKT: 34.98 g; Błonnik pokarmowy: 26.99 g;		
sobota 2026-11-14	**Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-ogr węgl. (poł/gin)**	
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g , Zawiera: MLE; SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 40g , Zawiera: ; PAPRYKA ŻÓŁTA 80g , Zawiera: ; MIESZANKA SAŁAT (rukola, roszponka, sałata lodowa) 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; PŁATKI ORKISZOWE (mleko2%, płatki orkiszowe) 300g , Zawiera: GLU, MLE;	ZUPA ŻUREK JARSKI (ziemniaki, marchew, pietruszka, żurek kujawski,śmietanka30%) 350g , Zawiera: MLE, SEL; GULASZ WIEPRZOWY Z CUKINIĄ I PIECZARKAMI (wieprzowina, mąka pszenna, cukinia, pieczarki) 200g , Zawiera: GLU; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; SAŁATKA GRECKA (sałata, ser sałatkowy, pomidor, ogórek, oliwa, pieprz, zioła suszone) 150g , Zawiera: MLE; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ;	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; PASTA JAJECZNA (jaja, szczypiorek) 40g , Zawiera: JAJ; WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; POMIDOR KROJONY 100g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
II Śniadanie: WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g , Zawiera: ; PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 40g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g , Zawiera: MLE; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;	Podwieczorek: krakersy 20.0g , Zawiera: GLU, JAJ;	Posiłek nocny: CIASTECZKA OWSIANE (płatki owsiane, mąka pszenna, jaja, sól) 30g , Zawiera: GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2305.12 kcal; Białko ogółem: 98.18 g; Tłuszcz: 89.25 g; Węglowodany ogółem: 296.55 g; Sól: 6.91 g; cukry proste: 50.09 g; NKT: 39.14 g; Błonnik pokarmowy: 38.82 g;		

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital MSWiA

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2026-11-15	**Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-podst. (poł/gin)**	
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA OGONÓWKA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; PASTA Z MAKRELI Z OGÓRKIEM KISZONYM (makrela, majonez, ogórek) 40g , Zawiera: RYB; SAŁATA 20g , Zawiera: ; OGÓREK ŚWIEŻY KROJONY 80g , Zawiera: ; KAKAO (mleko 2% tł., kakao naturalne) 250ml , Zawiera: MLE; PŁATKI ŻYTNIE (mleko 2%, płatki żytnie) 300g , Zawiera: MLE;	K.B. ZUPA ROSÓŁ Z KASZKĄ MANNĄ (mięso drobiowe, kasza manna) 350ml , Zawiera: GLU; KOTLET Z KURY PANIEROWANY smażony (fiet z kurczaka, jaja, mleko, bułka tarta, olej rzepakowy) 110g , Zawiera: GLU, JAJ, MLE; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; SURÓWKA: MARCHEW Z ANANASEM I SŁONECZNIKIEM (marchew, ananas kons., słonecznik) 150g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ;	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g , Zawiera: ; TWARÓG Z KOPERKIEM (twaróg półtłusty, koper, jogurt naturalny) 40g , Zawiera: MLE; SAŁATA Z SOSEM VINEGRET 50g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
	Podwieczorek: JOGURT OWOCOWY (mleko, kultury bakterii, owoce) 1szt , Zawiera: MLE;	Posiłek nocny: PRZEKĄSKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g , Zawiera: ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2030.77 kcal; Białko ogółem: 116.87 g; Tłuszcz: 65.52 g; Węglowodany ogółem: 253.62 g; Sól: 13.55 g; cukry proste: 53.14 g; NKT: 27.73 g; Błonnik pokarmowy: 25.98 g;		
niedziela 2026-11-15	**Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-łatwostrawna (poł/gin)**	
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g , Zawiera: ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA OGONÓWKA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; PASTA Z GOTOWANEJ RYBY Z WARZYWAMI (ryba, seler, marchew) 40g , Zawiera: RYB; SAŁATA 20g , Zawiera: ; BANAN (1 szt.) 100g , Zawiera: ; KAKAO (mleko 2% tł., kakao naturalne) 250ml , Zawiera: MLE; PŁATKI ŻYTNIE (mleko 2%, płatki żytnie) 300g , Zawiera: MLE;	K.B. ZUPA ROSÓŁ Z KASZKĄ MANNĄ (mięso drobiowe, kasza manna) 350ml , Zawiera: GLU; ROLADA DROBIOWA ZE SZPINAKIEM I SEREM FAVITA (filet kurczak, jaja, ser favita, szpinak mrożony) 120g , Zawiera: GLU, JAJ, MLE; SOS KOPERKOWY 100g , Zawiera: JAJ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; SURÓWKA: MARCHEW Z ANANASEM I SŁONECZNIKIEM (marchew, ananas kons., słonecznik) 150g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ;	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g , Zawiera: ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; TWARÓG Z KOPERKIEM (twaróg półtłusty, koper, jogurt naturalny) 40g , Zawiera: MLE; WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g , Zawiera: ; SAŁATA Z SOSEM VINEGRET 50g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
	Podwieczorek: JOGURT OWOCOWY (mleko, kultury bakterii, owoce) 1szt , Zawiera: MLE;	Posiłek nocny: PRZEKĄSKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g , Zawiera: ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2132.00 kcal; Białko ogółem: 128.10 g; Tłuszcz: 63.72 g; Węglowodany ogółem: 269.15 g; Sól: 12.18 g; cukry proste: 62.85 g; NKT: 28.92 g; Błonnik pokarmowy: 22.49 g;		
niedziela 2026-11-15	**Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-ogr węgl. (poł/gin)**	
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g , Zawiera: MLE; WĘDLINA OGONÓWKA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; SAŁATA 20g , Zawiera: ; OGÓREK ŚWIEŻY KROJONY 80g , Zawiera: ; KAKAO (mleko 2% tł., kakao naturalne) 250ml , Zawiera: MLE; PŁATKI ŻYTNIE (mleko 2%, płatki żytnie) 300g , Zawiera: MLE;	K.B. ZUPA ROSÓŁ Z KASZKĄ MANNĄ (mięso drobiowe, kasza manna) 350ml , Zawiera: GLU; KOTLET Z KURY PANIEROWANY smażony (fiet z kurczaka, jaja, mleko, bułka tarta, olej rzepakowy) 110g , Zawiera: GLU, JAJ, MLE; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; SURÓWKA: MARCHEW Z ANANASEM I SŁONECZNIKIEM (marchew, ananas kons., słonecznik) 75g , Zawiera: ; FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA 75g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ;	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; TWARÓG Z KOPERKIEM (twaróg półtłusty, koper, jogurt naturalny) 40g , Zawiera: MLE; WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g , Zawiera: ; SAŁATA Z SOSEM VINEGRET 50g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
II Śniadanie: PASTA Z MAKRELI Z OGÓRKIEM KISZONYM (makrela, majonez, ogórek) 40g , Zawiera: RYB; PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 40g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g , Zawiera: MLE; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;	Podwieczorek: JOGURT NATURALNY (mleko, kultury bakterii) 1szt , Zawiera: MLE;	Posiłek nocny: PRZEKĄSKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g , Zawiera: ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2108.42 kcal; Białko ogółem: 120.89 g; Tłuszcz: 72.75 g; Węglowodany ogółem: 257.76 g; Sól: 13.72 g; cukry proste: 54.03 g; NKT: 30.45 g; Błonnik pokarmowy: 32.19 g;		

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital MSWiA

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2026-11-16	**Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-podst. (poł/gin)**	
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA WIEPRZOWA wędzona 30g , Zawiera: ; MOZZARELLA (ser) 40g , Zawiera: MLE; MIESZANKA SAŁAT (rukola, roszponka, sałata lodowa) 20g , Zawiera: ; KIWI (1 szt.) 75g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; RYŻ NA MLEKU (mleko 2% tł., ryż) 300g , Zawiera: MLE;	ZUPA WIELOWARZYWNA JARSKA b/ml b/gl (groszek, seler, pietruszka, marchew, ziemniaki) 350g , Zawiera: SEL; SCHAB PO CYGAŃSKU (schab, cebula, marchew, papryka, pieczarki, czosnek, olej, mąka, przecier, bulion, musztarda) 200g , Zawiera: GLU, GOR; KASZA JĘCZMIENNA 250g , Zawiera: GLU; BURACZKI TARTE gotowane (buraki, olej) 150g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ;	PIECZYWO MIESZANE PSZENNO-ŻYTNIE 90g , Zawiera: ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA SUCHA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; SAŁATKA JARZYNOWA (marchew, seler, groszek, ziemniaki, jog. nat.) 150g , Zawiera: MLE; POMIDOR KROJONY 100g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
	Podwieczorek: BUDYŃ CZEKOLADOWY (mleko 2%, budyń proszek) 200g , Zawiera: MLE;	Posiłek nocny: SEREK HOMOGENIZOWANY (ser twarogowy odtłuszczony, śmietanka) 140g , Zawiera: MLE;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2557.47 kcal; Białko ogółem: 128.95 g; Tłuszcz: 92.92 g; Węglowodany ogółem: 321.02 g; Sól: 5.54 g; cukry proste: 85.82 g; NKT: 35.88 g; Błonnik pokarmowy: 29.90 g;		
poniedziałek 2026-11-16	**Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-łatwostrawna (poł/gin)**	
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g , Zawiera: ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA WIEPRZOWA wędzona 30g , Zawiera: ; MOZZARELLA (ser) 40g , Zawiera: MLE; MIESZANKA SAŁAT (rukola, roszponka, sałata lodowa) 20g , Zawiera: ; KIWI (1 szt.) 75g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; RYŻ NA MLEKU (mleko 2% tł., ryż) 300g , Zawiera: MLE;	ZUPA WIELOWARZYWNA JARSKA b/ml b/gl (groszek, seler, pietruszka, marchew, ziemniaki) 350g , Zawiera: SEL; SCHAB PO CYGAŃSKU LEKKI (schab, marchew, olej, mąka, przecier, bulion) 200g , Zawiera: GLU; KASZA JĘCZMIENNA 250g , Zawiera: GLU; BURACZKI TARTE gotowane (buraki, olej) 150g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ;	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g , Zawiera: ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; SAŁATKA JARZYNOWA (marchew, seler, groszek, ziemniaki, jog. nat.) 150g , Zawiera: MLE; WĘDLINA SUCHA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; POMIDOR KROJONY 100g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
	Podwieczorek: BUDYŃ CZEKOLADOWY (mleko 2%, budyń proszek) 200g , Zawiera: MLE;	Posiłek nocny: SEREK HOMOGENIZOWANY (ser twarogowy odtłuszczony, śmietanka) 140g , Zawiera: MLE;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2539.95 kcal; Białko ogółem: 127.91 g; Tłuszcz: 92.08 g; Węglowodany ogółem: 317.57 g; Sól: 5.34 g; cukry proste: 82.68 g; NKT: 35.83 g; Błonnik pokarmowy: 26.10 g;		
poniedziałek 2026-11-16	**Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-ogr węgl. (poł/gin)**	
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g , Zawiera: MLE; MOZZARELLA (ser) 40g , Zawiera: MLE; MIESZANKA SAŁAT (rukola, roszponka, sałata lodowa) 20g , Zawiera: ; KIWI (1 szt.) 75g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; RYŻ NA MLEKU (mleko 2% tł., ryż) 300g , Zawiera: MLE;	ZUPA WIELOWARZYWNA JARSKA b/ml b/gl (groszek, seler, pietruszka, marchew, ziemniaki) 350g , Zawiera: SEL; SCHAB PO CYGAŃSKU (schab, cebula, marchew, papryka, pieczarki, czosnek, olej, mąka, przecier, bulion, musztarda) 200g , Zawiera: GLU, GOR; KASZA JĘCZMIENNA 250g , Zawiera: GLU; BURACZKI TARTE gotowane (buraki, olej) 150g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ;	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA SUCHA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; SAŁATKA JARZYNOWA (marchew, seler, groszek, ziemniaki, jog. nat.) 150g , Zawiera: MLE; POMIDOR KROJONY 100g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
II Śniadanie: PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g , Zawiera: GLU; WĘDLINA WIEPRZOWA wędzona 30g , Zawiera: ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g , Zawiera: MLE; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;	Podwieczorek: BUDYŃ CZEKOLADOWY bez dodatku cukru 200g , Zawiera: MLE;	Posiłek nocny: SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 140g , Zawiera: MLE;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2558.34 kcal; Białko ogółem: 128.06 g; Tłuszcz: 97.68 g; Węglowodany ogółem: 315.67 g; Sól: 5.75 g; cukry proste: 85.33 g; NKT: 38.64 g; Błonnik pokarmowy: 37.86 g;		

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital MSWiA

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2026-11-17	**Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-podst. (poł/gin)**	
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; SEREK KANAPKOWY TWAROGOWY (ser twarogowy, sól) 40g , Zawiera: MLE; WĘDLINA POLĘDWICA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; RZODKIEWKA 80g , Zawiera: ; ROSZPONKA 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; KASZA JAGLANA (MLEKO 2% tł., kasza jaglana) 300g , Zawiera: MLE;	ZUPA KALAFIOROWA JARSKA (kalafior, ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 350g , Zawiera: GLU, MLE, SEL; ŁAZANKI Z KAPUSTĄ KISZONĄ I MIĘSEM duszone (mięso wieprzowe, kapusta kiszona, makaron) 400g , Zawiera: GLU; JABŁKO (1 szt.) 164g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ;	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA Z INDYKA 30g , Zawiera: ; RYBA PO GRECKU (dorsz, marchew, seler, pietruszka, sos pomidorowy) 150g , Zawiera: RYB, SEL; SAŁATA 30g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
	Podwieczorek: SOK POMIDOROWY 1szt , Zawiera: ;	Posiłek nocny: kefir szt. 1.0szt , Zawiera: ;

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2042.10 kcal; Białko ogółem: 99.51 g; Tłuszcz: 65.51 g; Węglowodany ogółem: 279.70 g; Sól: 7.45 g; cukry proste: 56.30 g; NKT: 36.28 g; Błonnik pokarmowy: 32.28 g;

wtorek 2026-11-17	**Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-łatwostrawna (poł/gin)**	
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g , Zawiera: ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; SEREK KANAPKOWY TWAROGOWY (ser twarogowy, sól) 40g , Zawiera: MLE; WĘDLINA POLĘDWICA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; ROSZPONKA 20g , Zawiera: ; SOK POMARAŃCZOWY 1szt , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; KASZA JAGLANA (MLEKO 2% tł., kasza jaglana) 300g , Zawiera: MLE;	ZUPA KALAFIOROWA JARSKA (kalafior, ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 350g , Zawiera: GLU, MLE, SEL; ŁAZANKI Z WARZYWAMI I MIĘSEM duszone (mięso wieprzowe, makaron, marchew, cukinia) 400g , Zawiera: GLU; JABŁKO (1 szt.) 164g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ;	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g , Zawiera: ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA Z INDYKA 30g , Zawiera: ; RYBA PO GRECKU (dorsz, marchew, seler, pietruszka, sos pomidorowy) 150g , Zawiera: RYB, SEL; SAŁATA 30g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
	Podwieczorek: SOK POMIDOROWY 1szt , Zawiera: ;	Posiłek nocny: kefir szt. 1.0szt , Zawiera: ;

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2198.46 kcal; Białko ogółem: 100.82 g; Tłuszcz: 68.23 g; Węglowodany ogółem: 291.04 g; Sól: 6.59 g; cukry proste: 56.58 g; NKT: 37.32 g; Błonnik pokarmowy: 25.04 g;

wtorek 2026-11-17	**Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-ogr węgl. (poł/gin)**	
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g , Zawiera: MLE; WĘDLINA POLĘDWICA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; RZODKIEWKA 80g , Zawiera: ; ROSZPONKA 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; KASZA JAGLANA (MLEKO 2% tł., kasza jaglana) 300g , Zawiera: MLE;	ZUPA KALAFIOROWA JARSKA (kalafior, ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 350g , Zawiera: GLU, MLE, SEL; ŁAZANKI Z KAPUSTĄ KISZONĄ I MIĘSEM duszone (mięso wieprzowe, kapusta kiszona, makaron) 400g , Zawiera: GLU; JABŁKO (1 szt.) 164g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ;	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; RYBA PO GRECKU (dorsz, marchew, seler, pietruszka, sos pomidorowy) 150g , Zawiera: RYB, SEL; WĘDLINA Z INDYKA 30g , Zawiera: ; SAŁATA 30g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
II Śniadanie: PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g , Zawiera: MLE; SEREK KANAPKOWY TWAROGOWY (ser twarogowy, sól) 40g , Zawiera: MLE; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;	Podwieczorek: SOK POMIDOROWY 1szt , Zawiera: ;	Posiłek nocny: kefir szt. 1.0szt , Zawiera: ;

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2064.20 kcal; Białko ogółem: 98.83 g; Tłuszcz: 70.00 g; Węglowodany ogółem: 278.65 g; Sól: 7.59 g; cukry proste: 58.49 g; NKT: 39.00 g; Błonnik pokarmowy: 37.59 g;

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital MSWiA

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2026-11-18	**Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-podst. (poł/gin)**	
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g , Zawiera: ; SER ŻÓŁTY 25g , Zawiera: MLE; SZPINAK ŚWIEŻY 10g , Zawiera: ; GREJPFRUT 0,5 szt 130g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; OWSIANKA (mleko 2% tł., płatki owsiane) 300g , Zawiera: GLU, MLE;	ZUPA KAPUŚNIAK JARSKI (kapusta kiszona, mąka pszenne, ziemniaki, włoszczyzna) 350g , Zawiera: GLU, SEL; FILET DROBIOWY PIECZONY W ZIOŁACH 100g , Zawiera: ; MARCHEWKA Z GROSZKIEM (marchew, groszek) 150g , Zawiera: ; SOS PIECZARKOWY (pieczarki, cebula, mleko 2%, olej rzepakowy) 100g , Zawiera: MLE; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ;	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA SZYNKA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; PASZTET SOJOWY (woda, olej rzepakowy, białko sojowe, cebula, skrobia kukurydziana, konc. pomid., gorczyca, sól) 40g , Zawiera: SOJ; SAŁATKA Z BURAKA NA RUKOLI (rukola, burak, słonecznik, ser favita) 100g , Zawiera: MLE; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
	Podwieczorek: KOKTAJL OWOCE LEŚNE (maliny, czarne porzeczki, maślanka- mleko, kultury bakterii) 200g , Zawiera: MLE;	Posiłek nocny: SOK WIELOWARZYWNY 1szt , Zawiera: ;

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2459.16 kcal; Białko ogółem: 112.09 g; Tłuszcz: 90.39 g; Węglowodany ogółem: 310.59 g; Sól: 5.69 g; cukry proste: 105.71 g; NKT: 36.35 g; Błonnik pokarmowy: 32.78 g;

środa 2026-11-18	**Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-łatwostrawna (poł/gin)**	
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g , Zawiera: ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g , Zawiera: ; SEREK TOPIONY 40g , Zawiera: MLE; SZPINAK ŚWIEŻY 10g , Zawiera: ; GREJPFRUT 0,5 szt 130g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; OWSIANKA (mleko 2% tł., płatki owsiane) 300g , Zawiera: GLU, MLE;	ZUPA BROKUŁOWA JARSKA (brokuł, marchew, seler, pietruszka, ziemniaki) 350g , Zawiera: SEL; FILET DROBIOWY PIECZONY W ZIOŁACH 100g , Zawiera: ; SOS PIECZARKOWY (pieczarki, cebula, mleko 2%, olej rzepakowy) 100g , Zawiera: MLE; MARCHEWKA Z GROSZKIEM (marchew, groszek) 150g , Zawiera: ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ;	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g , Zawiera: ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA SZYNKA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; DŻEM BRZOSKWINIOWY NISKOSŁODZONY (brzoskwinie 44%, cukier, woda, pektyny, guma guar) 25g , Zawiera: ; SAŁATKA Z BURAKA NA RUKOLI (rukola, burak, słonecznik, ser favita) 100g , Zawiera: MLE; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
	Podwieczorek: KOKTAJL OWOCE LEŚNE (maliny, czarne porzeczki, maślanka- mleko, kultury bakterii) 200g , Zawiera: MLE;	Posiłek nocny: SOK WIELOWARZYWNY 1szt , Zawiera: ;

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2403.27 kcal; Białko ogółem: 108.03 g; Tłuszcz: 86.65 g; Węglowodany ogółem: 307.18 g; Sól: 8.71 g; cukry proste: 113.33 g; NKT: 39.38 g; Błonnik pokarmowy: 26.08 g;

środa 2026-11-18	**Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-ogr węgl. (poł/gin)**	
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g , Zawiera: MLE; SER ŻÓŁTY 25g , Zawiera: MLE; OGÓREK KONSERWOWY 80g , Zawiera: ; SZPINAK ŚWIEŻY 10g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; OWSIANKA (mleko 2% tł., płatki owsiane) 300g , Zawiera: GLU, MLE;	ZUPA KAPUŚNIAK JARSKI (kapusta kiszona, mąka pszenne, ziemniaki, włoszczyzna) 350g , Zawiera: GLU, SEL; FILET DROBIOWY PIECZONY W ZIOŁACH 100g , Zawiera: ; SOS PIECZARKOWY (pieczarki, cebula, mleko 2%, olej rzepakowy) 100g , Zawiera: MLE; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; SURÓWKA: OGÓREK ŚWIEŻY Z KOPERKIEM 75g , Zawiera: ; MARCHEWKA Z GROSZKIEM (marchew, groszek) 75g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ;	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA SZYNKA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; PASZTET SOJOWY (woda, olej rzepakowy, białko sojowe, cebula, skrobia kukurydziana, konc. pomid., gorczyca, sól) 40g , Zawiera: SOJ; SAŁATKA Z BURAKA NA RUKOLI (rukola, burak, słonecznik, ser favita) 100g , Zawiera: MLE; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
II Śniadanie: PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g , Zawiera: GLU; WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g , Zawiera: ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g , Zawiera: MLE; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;	Podwieczorek: KOKTAJL OWOCE LEŚNE (maliny, czarne porzeczki, maślanka- mleko, kultury bakterii) 200g , Zawiera: MLE;	Posiłek nocny: SOK WIELOWARZYWNY 1szt , Zawiera: ;

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2379.22 kcal; Białko ogółem: 109.71 g; Tłuszcz: 90.11 g; Węglowodany ogółem: 294.55 g; Sól: 6.45 g; cukry proste: 97.80 g; NKT: 36.04 g; Błonnik pokarmowy: 33.71 g;

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital MSWiA

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny

czwartek 2026-11-19 **Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-podst. (poł/gin)**

PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; SEREK ZIOŁOWY 40g , Zawiera: MLE; WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA 30g , Zawiera: ; JABŁKO (1 szt.) 164g , Zawiera: ; RUKOLA 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 200ml , Zawiera: GLU, MLE; MAKARON NA MLEKU (mleko 2% tł., makaron z pszenicy durum) 300g , Zawiera: GLU, MLE;	ZUPA KRUPNIK JARSKI (kasza jęczmienna, ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 350g , Zawiera: GLU, SEL; GOŁĄBKI TRADYCYJNE gotowane (mięso wieprzowe mielone, ryż, kapusta biała) 150g , Zawiera: JAJ; SOS POMIDOROWY (koncentrat pom., mąka pszenna) 100g , Zawiera: GLU; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; SURÓWKA: SELER Z SOSEM ŚMIET.-JOGURTOWYM (seler, jogurt nat., śmietana 18%) 150g , Zawiera: MLE, SEL; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ;	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA OGONÓWKA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; SAŁATKA: BROKUŁ Z JAJKIEM, JOGURTEM I SŁONECZNIKIEM 100g , Zawiera: JAJ, MLE; SAŁATA 30g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
	Podwieczorek: KISIEL CYTRYNOWY Z JABŁKIEM (kisiel proszek, jabłko) 200g , Zawiera: ;	Posiłek nocny: SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 150g , Zawiera: ;

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2240.11 kcal; Białko ogółem: 103.55 g; Tłuszcz: 81.73 g; Węglowodany ogółem: 290.06 g; Sól: 6.55 g; cukry proste: 78.46 g; NKT: 38.27 g; Błonnik pokarmowy: 28.46 g;

czwartek 2026-11-19 **Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-łatwostrawna (poł/gin)**

PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g , Zawiera: ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA 30g , Zawiera: ; SEREK ZIOŁOWY 40g , Zawiera: MLE; JABŁKO (1 szt.) 164g , Zawiera: ; RUKOLA 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 200ml , Zawiera: GLU, MLE; MAKARON NA MLEKU (mleko 2% tł., makaron z pszenicy durum) 300g , Zawiera: GLU, MLE;	ZUPA KRUPNIK JARSKI (kasza jęczmienna, ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 350g , Zawiera: GLU, SEL; GOŁĄBKI ŁATWOSTRAWNE gotowane (mięso mielone wieprz., ryż, jaja, bułka tarta) 150g , Zawiera: GLU, JAJ; SOS POMIDOROWY (koncentrat pom., mąka pszenna) 100g , Zawiera: GLU; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; SURÓWKA: SELER Z SOSEM ŚMIET.-JOGURTOWYM (seler, jogurt nat., śmietana 18%) 150g , Zawiera: MLE, SEL; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ;	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g , Zawiera: ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA OGONÓWKA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; SAŁATKA: BROKUŁ Z JAJKIEM, JOGURTEM I SŁONECZNIKIEM 100g , Zawiera: JAJ, MLE; SAŁATA 30g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
	Podwieczorek: KISIEL CYTRYNOWY Z JABŁKIEM (kisiel proszek, jabłko) 200g , Zawiera: ;	Posiłek nocny: SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 150g , Zawiera: ;

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2295.28 kcal; Białko ogółem: 109.41 g; Tłuszcz: 82.71 g; Węglowodany ogółem: 292.65 g; Sól: 6.50 g; cukry proste: 74.65 g; NKT: 38.94 g; Błonnik pokarmowy: 22.62 g;

czwartek 2026-11-19 **Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-ogr węgl. (poł/gin)**

PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g , Zawiera: MLE; WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA 30g , Zawiera: ; OGÓREK ŚWIEŻY KROJONY 80g , Zawiera: ; RUKOLA 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; MAKARON NA MLEKU (mleko 2% tł., makaron z pszenicy durum) 300g , Zawiera: GLU, MLE;	ZUPA KRUPNIK JARSKI (kasza jęczmienna, ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 350g , Zawiera: GLU, SEL; GOŁĄBKI TRADYCYJNE gotowane (mięso wieprzowe mielone, ryż, kapusta biała) 150g , Zawiera: JAJ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; SOS POMIDOROWY (koncentrat pom., mąka pszenna) 100g , Zawiera: GLU; SURÓWKA: SELER Z SOSEM ŚMIET.-JOGURTOWYM (seler, jogurt nat., śmietana 18%) 150g , Zawiera: MLE, SEL; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ;	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA OGONÓWKA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; SAŁATKA: BROKUŁ Z JAJKIEM, JOGURTEM I SŁONECZNIKIEM 100g , Zawiera: JAJ, MLE; SAŁATA 30g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
II Śniadanie: PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g , Zawiera: MLE; SEREK ZIOŁOWY 40g , Zawiera: MLE; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;	Podwieczorek: KISIEL CYTRYNOWY Z JABŁKIEM (kisiel proszek, jabłko) 200g , Zawiera: ;	Posiłek nocny: SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 150g , Zawiera: ;

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2220.25 kcal; Białko ogółem: 103.39 g; Tłuszcz: 86.07 g; Węglowodany ogółem: 277.52 g; Sól: 6.72 g; cukry proste: 70.88 g; NKT: 41.11 g; Błonnik pokarmowy: 31.79 g;

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital MSWiA

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2026-11-20	**Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-podst. (poł/gin)**	
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; PASTA Z TUŃCZYKA (tuńczyk, majonez, koper, ogórek kiszony) 40g , Zawiera: ; WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; SAŁATA LODOWA KROJONA 20g , Zawiera: ; POMARAŃCZA (1/2 szt.) 120g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; KASZA JĘCZMIENNA NA MLEKU 300ml , Zawiera: GLU, MLE;	ZUPA MARCHWIOWA JARSKA (marchew, seler, pietruszka, ziemniak, m. pszenna, kasza manna) 350g , Zawiera: GLU; JAJKO SADZONE (jajko, masło) 2szt , Zawiera: JAJ, MLE; ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 250g , Zawiera: ; SURÓWKA: MIZERIA Z JOGURTEM (ogórek świeży, jogurt naturalny) 150g , Zawiera: MLE; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ;	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g , Zawiera: ; TWARÓG 40g , Zawiera: MLE; POMIDOR KROJONY 100g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
	Podwieczorek: MUS JAGLANY Z ŻURAWINĄ i CYNAMONEM (kasza jaglana, mleko, żurawina, cynamon) 200g , Zawiera: MLE;	Posiłek nocny: SOK Z BURAKA 1szt , Zawiera: ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2240.34 kcal; Białko ogółem: 95.64 g; Tłuszcz: 75.65 g; Węglowodany ogółem: 307.93 g; Sól: 5.18 g; cukry proste: 87.14 g; NKT: 34.79 g; Błonnik pokarmowy: 27.04 g;		
piątek 2026-11-20	**Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-łatwostrawna (poł/gin)**	
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g , Zawiera: ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; PASTA Z TUŃCZYKA LEKKOSTRAWNA (tuńczyk, marchew, koper) 40g , Zawiera: RYB; WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; SAŁATA LODOWA KROJONA 20g , Zawiera: ; POMARAŃCZA (1/2 szt.) 120g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 200ml , Zawiera: GLU, MLE; KASZA JĘCZMIENNA NA MLEKU 300ml , Zawiera: GLU, MLE;	ZUPA MARCHWIOWA JARSKA (marchew, seler, pietruszka, ziemniak, m. pszenna, kasza manna) 350g , Zawiera: GLU; JAJKO GOTOWANE 2szt , Zawiera: JAJ; ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 250g , Zawiera: ; SOS KOPERKOWY 100g , Zawiera: JAJ; SZPINAK GOTOWANY 150g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ;	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g , Zawiera: ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g , Zawiera: ; POMIDOR KROJONY 100g , Zawiera: ; TWARÓG 40g , Zawiera: MLE; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
	Podwieczorek: MUS JAGLANY Z ŻURAWINĄ i CYNAMONEM (kasza jaglana, mleko, żurawina, cynamon) 200g , Zawiera: MLE;	Posiłek nocny: SOK Z BURAKA 1szt , Zawiera: ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2188.10 kcal; Białko ogółem: 97.80 g; Tłuszcz: 64.08 g; Węglowodany ogółem: 317.12 g; Sól: 5.29 g; cukry proste: 82.19 g; NKT: 31.67 g; Błonnik pokarmowy: 24.59 g;		
piątek 2026-11-20	**Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-ogr węgl. (poł/gin)**	
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g , Zawiera: MLE; PASTA Z TUŃCZYKA (tuńczyk, majonez, koper, ogórek kiszony) 40g , Zawiera: ; PAPRYKA ŚWIEŻA 80g , Zawiera: ; SAŁATA LODOWA KROJONA 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 200ml , Zawiera: GLU, MLE; KASZA JĘCZMIENNA NA MLEKU 300ml , Zawiera: GLU, MLE;	ZUPA MARCHWIOWA JARSKA (marchew, seler, pietruszka, ziemniak, m. pszenna, kasza manna) 350g , Zawiera: GLU; JAJKO SADZONE (jajko, masło) 2szt , Zawiera: JAJ, MLE; ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 250g , Zawiera: ; SURÓWKA: MIZERIA Z JOGURTEM (ogórek świeży, jogurt naturalny) 75g , Zawiera: MLE; SZPINAK GOTOWANY 75g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ;	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g , Zawiera: ; TWARÓG 40g , Zawiera: MLE; POMIDOR KROJONY 100g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
II Śniadanie: WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g , Zawiera: MLE; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;	Podwieczorek: MUS JAGLANY Z ŻURAWINĄ i CYNAMONEM (kasza jaglana, mleko, żurawina, cynamon) 200g , Zawiera: MLE;	Posiłek nocny: SOK Z BURAKA 1szt , Zawiera: ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2243.93 kcal; Białko ogółem: 95.86 g; Tłuszcz: 79.93 g; Węglowodany ogółem: 300.87 g; Sól: 5.24 g; cukry proste: 82.38 g; NKT: 37.30 g; Błonnik pokarmowy: 30.71 g;		

Dietetyk

.....

Własność Fundacji Pro Omnis . Wszelkie prawa zastrzeżone