

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital MSWiA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| wtorek 2026-07-07                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Dieta: SZ. MSWiA-PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g (MLE), WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g , TWARÓG 40g (MLE), MORELE BEZ PESTKI 100g , ROSZPONKA 20g , KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml (GLU, MLE), PŁATKI ŻYTNIE (mleko 2%, płatki żytnie) 300g (MLE), | ZUPA ROSÓŁ Z MAKARONEM (mięso drobiowe, marchew, seler, por, makaron z mąki durum) 350g (GLU), KOTLET SCHABOWY smażony (schab wieprzowy, mąka, mleko, bułka tarta, jajo, olej) 120g (GLU, JAJ, MLE), ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , SURÓWKA: MIZERIA Z JOGURTEM (ogórek świeży, jogurt naturalny) 150g (MLE), KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , | PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g (GLU), MASŁO 15g, PASTA DROBOWO- POMIDOROWA Z PIETRUSZKĄ, BEZML. (filet z kurczaka, pietruszka, konc. pomid., olej rzepakowy) 40g , WĘDLINA DROBOWA z kurczaka 30g , SAŁATA Z SOSEM VINEGRET 100g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml ,<br>Posiłek nocny:<br>WAFLE ORKISZOWE 35g , |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2207.12 kcal; Białko ogółem: 86.59 g; Tłuszcz: 107.08 g; Węglowodany ogółem: 239.09 g; Sól: 8.45 g; suma cukrów prostych: 45.46 g; NKT: 26.19 g; Błonnik pokarmowy: 27.74 g;                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

Dietetyk

.....