

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2026-10-11		
Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-podst. (pol/gin)		
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; SER TOPIONY (plastry) 40g ; GRUSZKA 136g ; SAŁATA 10g ; KAKAO (mleko 2% tł., kakao naturalne) 250ml ; PŁATKI ŻYTNIE (mleko 2%, płatki żytnie) 300g ; WĘDLINA OGONÓWKA WIEPRZOWA 30g ;	ZUPA KREM Z PORA (włoszczyzna, por, ziemniaki, mąka, śmietana) 350g ; SCHAB PIECZONY (schab, olej, liść laurowy, pieprz, sól) 100g ; SOS WŁASNY 100g ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g ; BURACZKI TARTE gotowane (buraki, olej) 150g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; Podwieczorek: SOK WIELOWARZYWNY 1szt ;	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; JAJKO GOTOWANE 1szt ; WĘDLINA POŁĘDWICA Z INDYKA 30g ; SURÓWKA: MARCHEWKA TARTA 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: JOGURT OWOCOWY (mleko, kultury bakterii, owoce) 1szt ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2448.75 kcal; Białko ogółem: 105.12 g; Tłuszcz: 90.56 g; Węglowodany ogółem: 317.82 g; Sól: 8.88 g; cukry proste: 104.31 g; NKT: 38.59 g; Błonnik pokarmowy: 32.95 g;		
niedziela 2026-10-11		
Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-łatwostrawna (pol/gin)		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; SER TOPIONY (plastry) 40g ; WĘDLINA OGONÓWKA WIEPRZOWA 30g ; SAŁATA 10g ; SOK POMARAŃCZOWY 1szt ; KAKAO (mleko 2% tł., kakao naturalne) 250ml ; PŁATKI ŻYTNIE (mleko 2%, płatki żytnie) 300g ;	ZUPA KREM Z PORA (włoszczyzna, por, ziemniaki, mąka, śmietana) 350g ; SCHAB DUSZONY (schab, liść laurowy, pieprz, sól) 100g ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g ; SOS WŁASNY 100g ; BURACZKI TARTE gotowane (buraki, olej) 150g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; Podwieczorek: SOK WIELOWARZYWNY 1szt ;	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; WĘDLINA POŁĘDWICA Z INDYKA 30g ; JAJKO GOTOWANE 1szt ; SURÓWKA: MARCHEWKA TARTA 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: JOGURT OWOCOWY (mleko, kultury bakterii, owoce) 1szt ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2405.70 kcal; Białko ogółem: 105.02 g; Tłuszcz: 84.92 g; Węglowodany ogółem: 299.20 g; Sól: 8.74 g; cukry proste: 88.61 g; NKT: 38.22 g; Błonnik pokarmowy: 24.76 g;		
niedziela 2026-10-11		
Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-ogr węgl. (pol/gin)		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g ; SER TOPIONY (plastry) 40g ; RZODKIEWKA 80g ; SAŁATA 10g ; KAKAO (mleko 2% tł., kakao naturalne) 250ml ; PŁATKI ŻYTNIE (mleko 2%, płatki żytnie) 300g ; II Śniadanie: WĘDLINA OGONÓWKA WIEPRZOWA 30g ; PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ;	ZUPA KREM Z PORA (włoszczyzna, por, ziemniaki, mąka, śmietana) 350g ; SCHAB DUSZONY (schab, liść laurowy, pieprz, sól) 100g ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g ; SOS WŁASNY 100g ; BURACZKI TARTE gotowane (buraki, olej) 75g ; SURÓWKA: OGÓREK ŚWIEŻY Z KOPERKIEM 75g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; Podwieczorek: SOK WIELOWARZYWNY 1szt ;	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; JAJKO GOTOWANE 1szt ; WĘDLINA POŁĘDWICA Z INDYKA 30g ; SURÓWKA: MARCHEWKA TARTA 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY (mleko, kultury bakterii) 1szt ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2315.24 kcal; Białko ogółem: 106.73 g; Tłuszcz: 85.43 g; Węglowodany ogółem: 299.13 g; Sól: 9.01 g; cukry proste: 93.87 g; NKT: 40.48 g; Błonnik pokarmowy: 36.26 g;		

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital MSWiA		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2026-10-12Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-podst. (poł/gin)		
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA 30g ; PASTA Z ZIELONEGO GROSZKU (groszek, czosnek, sól, pieprz) 40g ; POMIDOR KROJONY 80g ; RUKOLA 20g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; KASZA JAGLANA (MLEKO 2% tł., kasza jaglana) 300g ;	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMNIAKAMI JARSKA 350g ; LECZO Z KURCZAKIEM bezmł/ bezglut duszone (papryka św., filet z kurczaka, cebula, koncentrat pom., olej, oregano) 200g ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g ; SURÓWKA: SELER Z SOSEM ŚMIET.-JOGURTOWYM (seler, jogurt nat., śmietana 18%) 150g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; SOS CYTRYNOWY 100ml ; Podwieczorek: CIASTO MARCHEWKOWE (mąka pszenna, marchew, jajka, olej) 100g ;	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g ; SEREK KANAPKOWY TWAROGOWY (ser twarogowy, sól) 40g ; SAŁATA Z SOSEM VINEGRET 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: SOK Z BURAKA 1szt ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2305.98 kcal; Białko ogółem: 89.79 g; Tłuszcz: 79.26 g; Węglowodany ogółem: 325.70 g; Sól: 6.20 g; cukry proste: 82.97 g; NKT: 37.77 g; Błonnik pokarmowy: 32.70 g;		
poniedziałek 2026-10-12Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-łatwostrawna (poł/gin)		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA 30g ; PASTA Z ZIELONEGO GROSZKU (groszek, czosnek, sól, pieprz) 40g ; RUKOLA 20g ; POMIDOR KROJONY 80g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 200ml ; KASZA JAGLANA (MLEKO 2% tł., kasza jaglana) 300g ;	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMNIAKAMI JARSKA 350g ; LECZO Z KURCZAKIEM lekkostrawne (filet drobiowy, cukinia, pomidory bez skóry, pieczarki) 200g ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g ; SURÓWKA: SELER Z SOSEM ŚMIET.-JOGURTOWYM (seler, jogurt nat., śmietana 18%) 150g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; SOS CYTRYNOWY 100ml ; Podwieczorek: CIASTO MARCHEWKOWE (mąka pszenna, marchew, jajka, olej) 100g ;	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g ; SEREK KANAPKOWY TWAROGOWY (ser twarogowy, sól) 40g ; SAŁATA Z SOSEM VINEGRET 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 300ml ; Posiłek nocny: SOK Z BURAKA 1szt ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2310.15 kcal; Białko ogółem: 90.10 g; Tłuszcz: 78.52 g; Węglowodany ogółem: 325.13 g; Sól: 5.90 g; cukry proste: 79.65 g; NKT: 37.60 g; Błonnik pokarmowy: 27.19 g;		
poniedziałek 2026-10-12Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-ogr węgl. (poł/gin)		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g ; WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA 30g ; POMIDOR KROJONY 80g ; RUKOLA 20g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; KASZA JAGLANA (MLEKO 2% tł., kasza jaglana) 300g ; II Śniadanie: PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g ; PASTA Z ZIELONEGO GROSZKU (groszek, czosnek, sól, pieprz) 40g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ;	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMNIAKAMI JARSKA 350g ; LECZO Z KURCZAKIEM bezmł/ bezglut duszone (papryka św., filet z kurczaka, cebula, koncentrat pom., olej, oregano) 200g ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g ; SURÓWKA: SELER Z SOSEM ŚMIET.-JOGURTOWYM (seler, jogurt nat., śmietana 18%) 75g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; SAŁATKA WIOSENNA (sałata, pomidor, ogórek, olej, zioła suszone) 75g ; SOS CYTRYNOWY 100ml Podwieczorek: CIASTO MARCHEWKOWE (mąka pszenna, marchew, jajka, olej) 100g ;	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g ; SEREK KANAPKOWY TWAROGOWY (ser twarogowy, sól) 40g ; SAŁATA Z SOSEM VINEGRET 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: SOK Z BURAKA 1szt ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2381.01 kcal; Białko ogółem: 89.02 g; Tłuszcz: 90.96 g; Węglowodany ogółem: 321.14 g; Sól: 6.26 g; cukry proste: 83.08 g; NKT: 40.97 g; Błonnik pokarmowy: 36.69 g;		

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital MSWiA		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2026-10-13 Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-podst. (poł/gin)		
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; TWARÓG 40g ; WĘDLINA SUCHA WIEPRZOWA 30g ; KIWI (1 szt.) 75g ; ROSZPONKA 20g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; PŁATKI ORKISZOWE (mleko2%, płatki orkiszowe) 300g ;	ZUPA ROSÓŁ Z MAKARONEM (mięso drobiowe, marchew, seler, por, makaron z mąki durum) 350g ; PIECZEŃ WIEPRZOWA Z WARZYWAMI pieczona (jaja, gluten, wieprzowina, marchew, cukinia, papryka, olej) 100g ; SOS MAJERANKOWY (śmietana, majeranek) 100g ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g ; SURÓWKA: KAPUSTA CZERWONA (kapusta czerwona,sól, cukier, olej rzepakowy) 150g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; Podwieczorek: KISIEL CYTRYNOWY Z JABŁKIEM (kisiel proszek, jabłko) 200g ;	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; WĘDLINA WIEPRZOWA wędzona 30g ; SAŁATKA: BROKUŁ Z JAJKIEM, JOGURTEM I SŁONECZNIKIEM 100g ; KIEŁKI 20g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: PRZEKAŚKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2164.99 kcal; Białko ogółem: 93.46 g; Tłuszcz: 72.29 g; Węglowodany ogółem: 302.37 g; Sól: 10.00 g; cukry proste: 87.73 g; NKT: 34.28 g; Błonnik pokarmowy: 34.65 g;		
wtorek 2026-10-13 Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-łatwostrawna (poł/gin)		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; WĘDLINA SUCHA WIEPRZOWA 30g ; TWARÓG 40g ; KIWI (1 szt.) 75g ; ROSZPONKA 20g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; PŁATKI ORKISZOWE (mleko2%, płatki orkiszowe) 300g ;	ZUPA ROSÓŁ Z MAKARONEM (mięso drobiowe, marchew, seler, por, makaron z mąki durum) 350g ; PIECZEŃ WIEPRZOWA Z WARZYWAMI pieczona (jaja, gluten, wieprzowina, marchew, cukinia, papryka, olej) 100g ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g ; BUKIET WARZYW GOTOWANYCH (brokuł, kalafior, marchew) 150g ; SOS MAJERANKOWY (śmietana, majeranek) 100g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; Podwieczorek: KISIEL CYTRYNOWY Z JABŁKIEM (kisiel proszek, jabłko) 200g ;	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; WĘDLINA WIEPRZOWA wędzona 30g ; SAŁATKA: BROKUŁ Z JAJKIEM, JOGURTEM I SŁONECZNIKIEM 100g ; KIEŁKI 20g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: PRZEKAŚKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2090.60 kcal; Białko ogółem: 94.97 g; Tłuszcz: 69.07 g; Węglowodany ogółem: 287.40 g; Sól: 9.69 g; cukry proste: 68.13 g; NKT: 34.11 g; Błonnik pokarmowy: 30.78 g;		
wtorek 2026-10-13 Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-ogr węgl. (poł/gin)		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g ; TWARÓG 40g ; KIWI (1 szt.) 75g ; ROSZPONKA 20g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; PŁATKI ORKISZOWE (mleko2%, płatki orkiszowe) 300g ;	ZUPA ROSÓŁ Z MAKARONEM (mięso drobiowe, marchew, seler, por, makaron z mąki durum) 350g ; PIECZEŃ WIEPRZOWA Z WARZYWAMI pieczona (jaja, gluten, wieprzowina, marchew, cukinia, papryka, olej) 100g ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g ; SOS MAJERANKOWY (śmietana, majeranek) 100g ; SURÓWKA: KAPUSTA CZERWONA (kapusta czerwona,sól, cukier, olej rzepakowy) 75g ; BUKIET WARZYW GOTOWANYCH (brokuł, kalafior, marchew) 75g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; Podwieczorek: KISIEL CYTRYNOWY Z JABŁKIEM (kisiel proszek, jabłko) 200g ;	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; WĘDLINA WIEPRZOWA wędzona 30g ; SAŁATKA: BROKUŁ Z JAJKIEM, JOGURTEM I SŁONECZNIKIEM 100g ; KIEŁKI 20g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: PRZEKAŚKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g ;
II Śniadanie: WĘDLINA SUCHA WIEPRZOWA 30g ; PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ;		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2142.25 kcal; Białko ogółem: 93.17 g; Tłuszcz: 75.34 g; Węglowodany ogółem: 293.30 g; Sól: 10.05 g; cukry proste: 81.20 g; NKT: 36.90 g; Błonnik pokarmowy: 40.68 g;		

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital MSWiA		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2026-10-14		
Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-podst. (pol/gin)		
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; WĘDLINA SZYŃKÓWKA WIEPRZOWA 30g ; PASTA JAJECZNA (jaja, szczypiorek) 40g ; PAPRYKA ŚWIEŻA 80g ; SAŁATA 20g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; MAKARON NA MLEKU (mleko 2% tł., makaron z pszenicy durum) 300g ;	ZUPA TOSKAŃSKA B/ML B/GL (włoszczyzna, kasza jaglana, soczewica, mleczko kokosowe, szpinak, suszone pomidory, koncentrat pom., 350g ; BITKI WIEPRZOWE duszone (schab, mąka pszenna, olej) 100g ; ZIEMNIAKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g ; SURÓWKA: PEKINKA Z MARCHEWKĄ (k. pekińska, marchew, koper, olej rzepakowy) 150g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; SOS PIECZENIOWY (sos własny, mąka pszenna) 100g ; Podwieczorek: KEFIR 200.0ml ;	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; MOZZARELLA (ser) 40g ; WĘDLINA Z INDYKA 30g ; SAŁATKA Z BURAKA NA RUKOLI (rukola, burak, słonecznik, ser fawita) 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 150g ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2467.77 kcal; Białko ogółem: 133.12 g; Tłuszcz: 97.64 g; Węglowodany ogółem: 276.24 g; Sól: 6.32 g; cukry proste: 58.23 g; NKT: 38.57 g; Błonnik pokarmowy: 25.31 g;		
środa 2026-10-14		
Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-łatwostrawna (pol/gin)		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; WĘDLINA SZYŃKÓWKA WIEPRZOWA 30g ; PASTA JAJECZNA (jaja, szczypiorek) 40g ; BANAN (1 szt.) 100g ; SAŁATA 20g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; MAKARON NA MLEKU (mleko 2% tł., makaron z pszenicy durum) 300g ;	ZUPA KOPERKOWA Z KASZĄ JAGLANĄ 350g ; BITKI WIEPRZOWE duszone (schab, mąka pszenna, olej) 100g ; ZIEMNIAKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g ; SOS PIECZENIOWY (sos własny, mąka pszenna) 100g ; SURÓWKA: PEKINKA Z MARCHEWKĄ (k. pekińska, marchew, koper, olej rzepakowy) 150g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; Podwieczorek: KEFIR 200.0ml ;	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; MOZZARELLA (ser) 40g ; WĘDLINA Z INDYKA 45g ; SAŁATKA Z BURAKA NA RUKOLI (rukola, burak, słonecznik, ser fawita) 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 150g ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2527.20 kcal; Białko ogółem: 134.40 g; Tłuszcz: 95.96 g; Węglowodany ogółem: 290.33 g; Sól: 9.55 g; cukry proste: 64.32 g; NKT: 38.80 g; Błonnik pokarmowy: 19.09 g;		
środa 2026-10-14		
Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-ogr węgl. (pol/gin)		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g ; WĘDLINA SZYŃKÓWKA WIEPRZOWA 30g ; PAPRYKA ŚWIEŻA 80g ; SAŁATA 20g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; MAKARON NA MLEKU (mleko 2% tł., makaron z pszenicy durum) 300g ;	ZUPA TOSKAŃSKA B/ML B/GL (włoszczyzna, kasza jaglana, soczewica, mleczko kokosowe, szpinak, suszone pomidory, koncentrat pom., 350g ; BITKI WIEPRZOWE duszone (schab, mąka pszenna, olej) 100g ; ZIEMNIAKI PUREE (ziemniaki, masło, jogurt nat.) 250g ; KALAFIOR GOTOWANY 75g ; SURÓWKA: PEKINKA Z MARCHEWKĄ (k. pekińska, marchew, koper, olej rzepakowy) 75g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; SOS PIECZENIOWY (sos własny, mąka pszenna) 100g ; Podwieczorek: KEFIR 200.0ml ;	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; WĘDLINA Z INDYKA 30g ; MOZZARELLA (ser) 40g ; SAŁATKA Z BURAKA NA RUKOLI (rukola, burak, słonecznik, ser fawita) 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 150g ;
II Śniadanie: PASTA JAJECZNA (jaja, szczypiorek) 40g ; PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ;		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2475.98 kcal; Białko ogółem: 133.26 g; Tłuszcz: 101.51 g; Węglowodany ogółem: 272.48 g; Sól: 6.32 g; cukry proste: 57.31 g; NKT: 41.23 g; Błonnik pokarmowy: 30.84 g;		

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital MSWiA		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2026-10-15		
Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-podst. (pol/gin)		
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; PASTA Z CIECIERZYCY I PIECZONEJ PAPRYKI (ciecierzyca, papryka czerwona, czosnek, natka pietruszki, kmin rzymski) 40g ; WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA 30g ; ŚLIWKA 100g ; RUKOLA 20g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; JAGŁANKA (mleko 2% tł., płatki jaglane) 300g ;	ZUPA Z FASOLKĄ SZPARAGOWĄ JARSKA (fasolka szp.,seler, pietruszka,marchew,ziemniaki,mąka pszenna) 350g ; UDKO DUSZONE (ciwarka kurczaka, przyprawy) 150g ; SOS ŚMIETANOWY (mąka pszenna, olej rzepakowy, śmietana 30%) 100g ; RYŻ BRAŻOWY 250g ; SAŁATA Z JOGURTEM I KOPERKIEM 150g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ;	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; WĘDLINA SUCHA WIEPRZOWA 30g ; PASTA Z TUNCYKA (tuńczyk, majonez, koper, ogórek kiszony) 40g ; POMIDOR KROJONY 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ;
	Podwieczorek: BUDYŃ ŚMIETANKOWY NA MLEKU (mleko 2%, budyń proszek) 200g ;	Posiłek nocny: KEFIR 200.0ml ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2397.06 kcal; Białko ogółem: 100.48 g; Tłuszcz: 78.04 g; Węglowodany ogółem: 335.51 g; Sól: 5.76 g; cukry proste: 72.95 g; NKT: 35.16 g; Błonnik pokarmowy: 25.33 g;		
czwartek 2026-10-15		
Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-łatwostrawna (pol/gin)		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; MIÓD (20 g) 20g ; WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA 30g ; MUS BRZOSKWINIOWY 100g ; RUKOLA 20g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; JAGŁANKA (mleko 2% tł., płatki jaglane) 300g ;	ZUPA Z FASOLKĄ SZPARAGOWĄ JARSKA (fasolka szp.,seler, pietruszka,marchew,ziemniaki,mąka pszenna) 350g ; UDKO DUSZONE (ciwarka kurczaka, przyprawy) 150g ; RYŻ ugotowany 250g ; SOS ŚMIETANOWY (mąka pszenna, olej rzepakowy, śmietana 30%) 100g ; SAŁATA Z JOGURTEM I KOPERKIEM 150g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ;	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; WĘDLINA SUCHA WIEPRZOWA 30g ; PASTA Z TUNCYKA LEKKOSTRAWNA (tuńczyk, marchew, koper) 40g ; POMIDOR KROJONY 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ;
	Podwieczorek: BUDYŃ ŚMIETANKOWY NA MLEKU (mleko 2%, budyń proszek) 200g ;	Posiłek nocny: KEFIR 200.0ml ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2390.44 kcal; Białko ogółem: 98.15 g; Tłuszcz: 68.30 g; Węglowodany ogółem: 354.81 g; Sól: 5.53 g; cukry proste: 76.69 g; NKT: 34.39 g; Błonnik pokarmowy: 17.74 g;		
czwartek 2026-10-15		
Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-ogr węgl. (pol/gin)		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g ; WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA 30g ; ŚLIWKA 100g ; RUKOLA 20g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; JAGŁANKA (mleko 2% tł., płatki jaglane) 300g ;	ZUPA Z FASOLKĄ SZPARAGOWĄ JARSKA (fasolka szp.,seler, pietruszka,marchew,ziemniaki,mąka pszenna) 350g ; UDKO DUSZONE (ciwarka kurczaka, przyprawy) 150g ; SOS ŚMIETANOWY (mąka pszenna, olej rzepakowy, śmietana 30%) 100g ; RYŻ BRAŻOWY 250g ; MARCHEW GOTOWANA 75g ; SAŁATA Z JOGURTEM I KOPERKIEM 75g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ;	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; WĘDLINA SUCHA WIEPRZOWA 30g ; PASTA Z TUNCYKA (tuńczyk, majonez, koper, ogórek kiszony) 40g ; POMIDOR KROJONY 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ;
II Śniadanie: PASTA Z CIECIERZYCY I PIECZONEJ PAPRYKI (ciecierzyca, papryka czerwona, czosnek, natka pietruszki, kmin rzymski) 40g ; PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ;	Podwieczorek: BUDYŃ ŚMIETANKOWY BEZ CUKRU (mleko 2%, budyń proszek) 200g ;	Posiłek nocny: KEFIR 200.0ml ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2435.13 kcal; Białko ogółem: 100.05 g; Tłuszcz: 82.89 g; Węglowodany ogółem: 338.45 g; Sól: 6.04 g; cukry proste: 76.63 g; NKT: 38.05 g; Błonnik pokarmowy: 32.60 g;		

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital MSWiA		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2026-10-16 Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-podst. (poł/gin)		
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; SER ŻÓŁTY 30g ; WĘDLINA Z INDYKA 30g ; JABŁKO (1 szt.) 164g ; ROSZPONKA 20g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; OWSIANKA (mleko 2% tł., płatki owsiane) 300g ;	ZUPA KREM Z DYNIA JARSKA, BEZGLUT. BEZMLECZNA (dynia, ziemniak) 350g ; RYBA PANIEROWANA SMAŻONA (morszczuk, bułka tarta, jajko, mleko, olej) 110g ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g ; SURÓWKA: KAPUSTA KISZONA 150g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; Podwieczorek: SAŁATKA KUSKUS perłowy Z WARZYWAMI I SEREM SAŁATKOWYM (kuskus perłowy, ser sałatkowy, papryka św., ogórek, ziola) 200g ;	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; SEREK ZIOŁOWY 40g ; WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA 30g ; SAŁATKA WIOSENNA (sałata, pomidor, ogórek, olej, ziola suszone) 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: SOK Z BURAKA 1szt ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2506.45 kcal; Białko ogółem: 100.15 g; Tłuszcz: 97.21 g; Węglowodany ogółem: 321.61 g; Sól: 6.78 g; cukry proste: 87.01 g; NKT: 39.21 g; Błonnik pokarmowy: 30.91 g;		
piątek 2026-10-16 Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-łatwostrawna (poł/gin)		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; SEREK TOPIONY 40g ; WĘDLINA Z INDYKA 30g ; JABŁKO (1 szt.) 164g ; ROSZPONKA 20g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; OWSIANKA (mleko 2% tł., płatki owsiane) 300g ;	ZUPA KREM Z DYNIA JARSKA, BEZGLUT. BEZMLECZNA (dynia, ziemniak) 350g ; RYBA DUSZONA (miruna) 100g ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g ; SOS CYTRYNOWY 100ml ; BROKUŁ GOTOWANY 150g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; Podwieczorek: SAŁATKA KUSKUS perłowy Z WARZYWAMI I SEREM SAŁATKOWYM (kuskus perłowy, ser sałatkowy, papryka św., ogórek, ziola) 200g ;	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; SEREK ZIOŁOWY 40g ; WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA 30g ; SAŁATKA WIOSENNA (sałata, pomidor, ogórek, olej, ziola suszone) 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: SOK Z BURAKA 1szt ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2457.60 kcal; Białko ogółem: 95.12 g; Tłuszcz: 95.98 g; Węglowodany ogółem: 314.11 g; Sól: 6.72 g; cukry proste: 84.69 g; NKT: 41.39 g; Błonnik pokarmowy: 25.14 g;		
piątek 2026-10-16 Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-ogr węgl. (poł/gin)		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g ; SER ŻÓŁTY 30g ; JABŁKO (1 szt.) 164g ; ROSZPONKA 20g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; OWSIANKA (mleko 2% tł., płatki owsiane) 300g ; II Śniadanie: WĘDLINA Z INDYKA 30g ; PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 40g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ;	ZUPA KREM Z DYNIA JARSKA, BEZGLUT. BEZMLECZNA (dynia, ziemniak) 350g ; RYBA PANIEROWANA SMAŻONA (morszczuk, bułka tarta, jajko, mleko, olej) 110g ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g ; SURÓWKA: KAPUSTA KISZONA 75g ; BROKUŁ GOTOWANY 75g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; Podwieczorek: SAŁATKA KUSKUS perłowy Z WARZYWAMI I SEREM SAŁATKOWYM (kuskus perłowy, ser sałatkowy, papryka św., ogórek, ziola) 150g ;	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; SEREK ZIOŁOWY 40g ; WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA 30g ; SAŁATKA WIOSENNA (sałata, pomidor, ogórek, olej, ziola suszone) 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: SOK Z BURAKA 1szt ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2461.92 kcal; Białko ogółem: 99.15 g; Tłuszcz: 96.27 g; Węglowodany ogółem: 317.03 g; Sól: 6.52 g; cukry proste: 89.23 g; NKT: 41.11 g; Błonnik pokarmowy: 36.74 g;		

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital MSWiA		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2026-10-17		
Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-podst. (poł/gin)		
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g ; SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 40g ; PAPRYKA ŻÓŁTA 80g ; MIESZANKA SAŁAT (rukola, roszponka, sałata lodowa) 20g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; PŁATKI ORKISZOWE (mleko2%, płatki orkiszowe) 300g ;	ZUPA ŻUREK JARSKI (ziemniaki, marchew, pietruszka, żurek kujawski, śmietanka30%) 350g ; GULASZ WIEPRZOWY Z CUKINIĄ I PIECZARKAMI (wieprzowina, mąka pszenna, cukinia, pieczarki) 200g ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g ; SAŁATKA GRECKA (sałata, ser sałatkowy, pomidor, ogórek, oliwa, pieprz, zioła suszone) 150g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; Podwieczorek: krakersy 20.0g ;	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; SER TOPIONY (plastry) 40g ; WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g ; POMIDOR KROJONY 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: CIASTECZKA OWSIANE (płatki owsiane, mąka pszenna, jaja, sól) 30g ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2326.74 kcal; Białko ogółem: 95.19 g; Tłuszcz: 89.84 g; Węglowodany ogółem: 301.01 g; Sól: 7.40 g; cukry proste: 54.95 g; NKT: 40.93 g; Błonnik pokarmowy: 33.98 g;		
sobota 2026-10-17		
Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-łatwostrawna (poł/gin)		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g ; SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 40g ; POMARAŃCZA (1/2 szt.) 120g ; MIESZANKA SAŁAT (rukola, roszponka, sałata lodowa) 20g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; PŁATKI ORKISZOWE (mleko2%, płatki orkiszowe) 300g ;	ZUPA ZIEMNIACZANA JARSKA bezmł. (ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 350g ; GULASZ WIEPRZOWY Z CUKINIĄ I PIECZARKAMI (wieprzowina, mąka pszenna, cukinia, pieczarki) 200g ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g ; SAŁATKA GRECKA (sałata, ser sałatkowy, pomidor, ogórek, oliwa, pieprz, zioła suszone) 150g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; Podwieczorek: krakersy 20.0g ;	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g ; SER TOPIONY (plastry) 40g ; POMIDOR KROJONY 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: CIASTECZKA OWSIANE (płatki owsiane, mąka pszenna, jaja, sól) 30g ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2337.75 kcal; Białko ogółem: 95.02 g; Tłuszcz: 86.82 g; Węglowodany ogółem: 307.95 g; Sól: 8.86 g; cukry proste: 60.28 g; NKT: 39.54 g; Błonnik pokarmowy: 29.13 g;		
sobota 2026-10-17		
Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-ogr węgl. (poł/gin)		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g ; SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 40g ; PAPRYKA ŻÓŁTA 80g ; MIESZANKA SAŁAT (rukola, roszponka, sałata lodowa) 20g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; PŁATKI ORKISZOWE (mleko2%, płatki orkiszowe) 300g ; II Śniadanie: WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g ; PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 40g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ;	ZUPA ŻUREK JARSKI (ziemniaki, marchew, pietruszka, żurek kujawski, śmietanka30%) 350g ; GULASZ WIEPRZOWY Z CUKINIĄ I PIECZARKAMI (wieprzowina, mąka pszenna, cukinia, pieczarki) 200g ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g ; SAŁATKA GRECKA (sałata, ser sałatkowy, pomidor, ogórek, oliwa, pieprz, zioła suszone) 150g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; Podwieczorek: krakersy 20.0g ;	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; SER TOPIONY (plastry) 40g ; WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g ; POMIDOR KROJONY 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: CIASTECZKA OWSIANE (płatki owsiane, mąka pszenna, jaja, sól) 30g ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2372.84 kcal; Białko ogółem: 95.19 g; Tłuszcz: 94.50 g; Węglowodany ogółem: 305.35 g; Sól: 7.65 g; cukry proste: 57.46 g; NKT: 43.67 g; Błonnik pokarmowy: 40.20 g;		

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital MSWiA		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2026-10-18Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-podst. (poł/gin)		
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; WĘDLINA OGONÓWKA WIEPRZOWA 30g ; PASTA Z MAKRELI Z OGÓRKIEM KISZONYM (makrela, majonez, ogórek) 40g ; SAŁATA 20g ; OGÓREK ŚWIEŻY KROJONY 80g ; KAKAO (mleko 2% tł., kakao naturalne) 250ml ; PŁATKI ŻYTNIE (mleko 2%, płatki żytnie) 300g ;	K.B. ZUPA ROSÓŁ Z KASZKĄ MANNĄ (mięso drobiowe, kasza manna) 350ml ; KOTLET Z KURY PANIEROWANY smażony (fiet z kurczaka, jaja, mleko, bułka tarta, olej rzepakowy) 110g ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g ; SURÓWKA: MARCHEW Z ANANASEM I SŁONECZNIKIEM (marchew, ananas kons., słonecznik) 150g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; Podwieczorek: JOGURT OWOCOWY (mleko, kultury bakterii, owoce) 1szt ;	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g ; TWARÓG Z KOPERKIEM (twaróg półtłusty, koper, jogurt naturalny) 40g ; SAŁATA Z SOSEM VINEGRET 50g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: MUS WIELOWARZYSZCZYN 100g ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2024.49 kcal; Białko ogółem: 121.27 g; Tłuszcz: 55.41 g; Węglowodany ogółem: 269.75 g; Sól: 12.99 g; cukry proste: 56.62 g; NKT: 26.37 g; Błonnik pokarmowy: 28.54 g;		
niedziela 2026-10-18Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-łatwostrawna (poł/gin)		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; WĘDLINA OGONÓWKA WIEPRZOWA 30g ; PASTA Z GOTOWANEJ RYBY Z WARZYWAMI (ryba, seler, marchew) 40g ; SAŁATA 20g ; BANAN (1 szt.) 100g ; KAKAO (mleko 2% tł., kakao naturalne) 250ml ; PŁATKI ŻYTNIE (mleko 2%, płatki żytnie) 300g ;	K.B. ZUPA ROSÓŁ Z KASZKĄ MANNĄ (mięso drobiowe, kasza manna) 350ml ; ROLADA DROBIOWA ZE SZPINAKIEM I SEREM FAVITA (filet kurczak, jaja, ser fawita, szpinak mrożony) 120g ; SOS KOPERKOWY 100g ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g ; SURÓWKA: MARCHEW Z ANANASEM I SŁONECZNIKIEM (marchew, ananas kons., słonecznik) 150g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; Podwieczorek: JOGURT OWOCOWY (mleko, kultury bakterii, owoce) 1szt ;	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; TWARÓG Z KOPERKIEM (twaróg półtłusty, koper, jogurt naturalny) 40g ; WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g ; SAŁATA Z SOSEM VINEGRET 50g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: MUS WIELOWARZYSZCZYN 100g ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2192.28 kcal; Białko ogółem: 135.47 g; Tłuszcz: 60.49 g; Węglowodany ogółem: 283.13 g; Sól: 12.61 g; cukry proste: 64.89 g; NKT: 28.91 g; Błonnik pokarmowy: 24.30 g;		
niedziela 2026-10-18Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-ogr węgl. (poł/gin)		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g ; WĘDLINA OGONÓWKA WIEPRZOWA 30g ; SAŁATA 20g ; OGÓREK ŚWIEŻY KROJONY 80g ; KAKAO (mleko 2% tł., kakao naturalne) 250ml ; PŁATKI ŻYTNIE (mleko 2%, płatki żytnie) 300g ; II Śniadanie: PASTA Z MAKRELI Z OGÓRKIEM KISZONYM (makrela, majonez, ogórek) 40g ; PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 40g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ;	K.B. ZUPA ROSÓŁ Z KASZKĄ MANNĄ (mięso drobiowe, kasza manna) 350ml ; KOTLET Z KURY PANIEROWANY smażony (fiet z kurczaka, jaja, mleko, bułka tarta, olej rzepakowy) 110g ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g ; SURÓWKA: MARCHEW Z ANANASEM I SŁONECZNIKIEM (marchew, ananas kons., słonecznik) 75g ; FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA 75g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; Podwieczorek: JOGURT NATURALNY (mleko, kultury bakterii) 1szt ;	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; TWARÓG Z KOPERKIEM (twaróg półtłusty, koper, jogurt naturalny) 40g ; WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g ; SAŁATA Z SOSEM VINEGRET 50g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: MUS WIELOWARZYSZCZYN 100g ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2095.66 kcal; Białko ogółem: 124.85 g; Tłuszcz: 62.65 g; Węglowodany ogółem: 272.75 g; Sól: 13.22 g; cukry proste: 58.24 g; NKT: 29.09 g; Błonnik pokarmowy: 34.88 g;		

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital MSWiA		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2026-10-19		
Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-podst. (poł/gin)		
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; WĘDLINA WIEPRZOWA wędzona 30g ; JAJKO GOTOWANE 1szt ; MIESZANKA SAŁAT (rukola, roszponka, sałata lodowa) 20g ; KIWI (1 szt.) 75g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; KASZA JĘCZMIENNA NA MLEKU 300ml ;	ZUPA WIELOWARZYWNA JARSKA b/ml b/gl (grosek, seler, pietruszka, marchew, ziemniaki) 350g ; SCHAB PO CYGAŃSKU (schab, cebula, marchew, papryka, pieczarki, czosnek, olej, mąka, przecier, bulion, musztarda) 200g ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g ; BURACZKI TARTE gotowane (buraki, olej) 150g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; Podwieczorek: WAFLE ORKISZOWE 36g ;	PIECZYWO MIESZANE PSZENNO-ŻYTNIE 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; WĘDLINA SUCHA WIEPRZOWA 30g ; MOZZARELLA (ser) 40g ; POMIDOR KROJONY 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: SEREK HOMOGENIZOWANY (ser twarogowy odtłuszczony, śmietanka) 140g ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2546.54 kcal; Białko ogółem: 139.76 g; Tłuszcz: 95.54 g; Węglowodany ogółem: 299.56 g; Sól: 5.91 g; cukry proste: 71.44 g; NKT: 34.85 g; Błonnik pokarmowy: 27.67 g;		
poniedziałek 2026-10-19		
Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-łatwostrawna (poł/gin)		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; WĘDLINA WIEPRZOWA wędzona 30g ; JAJKO GOTOWANE 1szt ; MIESZANKA SAŁAT (rukola, roszponka, sałata lodowa) 20g ; KIWI (1 szt.) 75g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; KASZA JĘCZMIENNA NA MLEKU 300ml ;	ZUPA WIELOWARZYWNA JARSKA b/ml b/gl (grosek, seler, pietruszka, marchew, ziemniaki) 350g ; SCHAB PO CYGAŃSKU LEKKI (schab, marchew, olej, mąka, przecier, bulion) 200g ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g ; BURACZKI TARTE gotowane (buraki, olej) 150g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; Podwieczorek: WAFLE ORKISZOWE 36g ;	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; MOZZARELLA (ser) 40g ; WĘDLINA SUCHA WIEPRZOWA 30g ; POMIDOR KROJONY 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: SEREK HOMOGENIZOWANY (ser twarogowy odtłuszczony, śmietanka) 140g ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2529.02 kcal; Białko ogółem: 138.72 g; Tłuszcz: 94.70 g; Węglowodany ogółem: 296.12 g; Sól: 5.71 g; cukry proste: 68.29 g; NKT: 34.80 g; Błonnik pokarmowy: 23.87 g;		
poniedziałek 2026-10-19		
Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-ogr węgl. (poł/gin)		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g ; JAJKO GOTOWANE 1szt ; MIESZANKA SAŁAT (rukola, roszponka, sałata lodowa) 20g ; KIWI (1 szt.) 75g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; KASZA JĘCZMIENNA NA MLEKU 300ml ; II Śniadanie: PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g ; WĘDLINA WIEPRZOWA wędzona 30g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ;	ZUPA WIELOWARZYWNA JARSKA b/ml b/gl (grosek, seler, pietruszka, marchew, ziemniaki) 350g ; SCHAB PO CYGAŃSKU (schab, cebula, marchew, papryka, pieczarki, czosnek, olej, mąka, przecier, bulion, musztarda) 200g ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g ; BURACZKI TARTE gotowane (buraki, olej) 150g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; Podwieczorek: WAFLE ORKISZOWE 36g ;	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; WĘDLINA SUCHA WIEPRZOWA 30g ; MOZZARELLA (ser) 40g ; POMIDOR KROJONY 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 140g ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2560.99 kcal; Białko ogółem: 138.71 g; Tłuszcz: 100.20 g; Węglowodany ogółem: 297.98 g; Sól: 6.11 g; cukry proste: 74.71 g; NKT: 37.56 g; Błonnik pokarmowy: 35.63 g;		

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital MSWiA		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2026-10-20 Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-podst. (poł/gin)		
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; SEREK KANAPKOWY TWAROGOWY (ser twarogowy, sól) 40g ; WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA 30g ; RZODKIEWKA 80g ; ROSZPONKA 20g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa jaglana) 250ml ; KASZA JAGLANA (MLEKO 2% tł., kasza jaglana) 300g ;	ZUPA KALAFIOROWA JARSKA (kalafior, ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 350g ; ŁAZANKI Z KAPUSTĄ KISZONĄ I MIĘSEM duszone (mięso wieprzowe, kapusta kiszona, makaron) 400g ; JABŁKO (1 szt.) 164g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ;	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; WĘDLINA Z INDYKA 30g ; RYBA PO GRECKU (dorsz, marchew, seler, pietruszka, sos pomidorowy) 150g ; SAŁATA 30g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ;
	Podwieczorek: SOK POMIDOROWY 1szt ;	Posiłek nocny: JOGURT OWOCOWY (mleko, kultury bakterii, owoce) 1szt ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2055.10 kcal; Białko ogółem: 99.81 g; Tłuszcz: 65.01 g; Węglowodany ogółem: 283.80 g; Sól: 7.48 g; cukry proste: 57.60 g; NKT: 36.00 g; Błonnik pokarmowy: 32.68 g;		
wtorek 2026-10-20 Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-łatwostrawna (poł/gin)		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; SEREK KANAPKOWY TWAROGOWY (ser twarogowy, sól) 40g ; WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA 30g ; ROSZPONKA 20g ; SOK POMARAŃCZOWY 1szt ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; KASZA JAGLANA (MLEKO 2% tł., kasza jaglana) 300g ;	ZUPA KALAFIOROWA JARSKA (kalafior, ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 350g ; ŁAZANKI Z WARZYWAMI I MIĘSEM duszone (mięso wieprzowe, makaron, marchew, cukinia) 400g ; JABŁKO (1 szt.) 164g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ;	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; WĘDLINA Z INDYKA 30g ; RYBA PO GRECKU (dorsz, marchew, seler, pietruszka, sos pomidorowy) 150g ; SAŁATA 30g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ;
	Podwieczorek: SOK POMIDOROWY 1szt ;	Posiłek nocny: JOGURT OWOCOWY (mleko, kultury bakterii, owoce) 1szt ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2211.46 kcal; Białko ogółem: 101.12 g; Tłuszcz: 67.73 g; Węglowodany ogółem: 295.14 g; Sól: 6.62 g; cukry proste: 57.88 g; NKT: 37.04 g; Błonnik pokarmowy: 25.44 g;		
wtorek 2026-10-20 Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-ogr węgl. (poł/gin)		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g ; WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA 30g ; RZODKIEWKA 80g ; ROSZPONKA 20g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; KASZA JAGLANA (MLEKO 2% tł., kasza jaglana) 300g ; II Śniadanie: PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g ; SEREK KANAPKOWY TWAROGOWY (ser twarogowy, sól) 40g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ;	ZUPA KALAFIOROWA JARSKA (kalafior, ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 350g ; ŁAZANKI Z KAPUSTĄ KISZONĄ I MIĘSEM duszone (mięso wieprzowe, kapusta kiszona, makaron) 400g ; JABŁKO (1 szt.) 164g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; Podwieczorek: SOK POMIDOROWY 1szt ;	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; RYBA PO GRECKU (dorsz, marchew, seler, pietruszka, sos pomidorowy) 150g ; WĘDLINA Z INDYKA 30g ; SAŁATA 30g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY (mleko, kultury bakterii) 1szt ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2114.20 kcal; Białko ogółem: 102.03 g; Tłuszcz: 72.50 g; Węglowodany ogółem: 283.95 g; Sól: 7.61 g; cukry proste: 61.19 g; NKT: 38.73 g; Błonnik pokarmowy: 37.79 g;		

Dietetyk

.....