

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA położnictwo		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2026-10-01		
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 OGONÓWKA WIEPRZOWA 30g ; MOZZARELLA (ser) 40g ; OGÓREK ŚWIEŻY KROJONY 80g ; SZPINAK ŚWIEŻY 20g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; PŁATKI ORKISZOWE (mleko2%, płatki orkiszowe) 300g ;	ZUPA KALAFIOROWA JARSKA (kalafior, ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 350g ; UDZIEC TRYBOWANY (udko z kurczaka) 120g ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g ; SURÓWKA: PEKINKA Z KOPERKIEM (kapusta pekińska, koperek, olej rzepakowy) 150g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; Podwieczorek: BUDYŃ WANILIOWY (mleko 2%, budyń proszek) 200g ;	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 ; SAŁATKA Z BURAKA NA RUKOLI (rukola, burak, słonecznik, ser fawita) 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: MUS WIELOWARZYWNY 100g ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2360.78 kcal; Białko ogółem: 96.08 g; Tłuszcz: 100.33 g; Węglowodany ogółem: 281.04 g; Sól: 6.48 g; cukry proste: 58.56 g; NKT: 37.87 g; Błonnik pokarmowy: 30.94 g;		
czwartek 2026-10-01		
Jadłospis 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 ; MOZZARELLA (ser) 40g ; SZPINAK ŚWIEŻY 20g ; POMARAŃCZA (1/2 szt.) 120g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; PŁATKI ORKISZOWE (mleko2%, płatki orkiszowe) 300g ;	ZUPA KALAFIOROWA JARSKA (kalafior, ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 350g ; UDZIEC TRYBOWANY (udko z kurczaka) 120g ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g ; SOS PIECZENIOWY (sos własny, mąka pszenna) 100g ; SURÓWKA: PEKINKA Z KOPERKIEM (kapusta pekińska, koperek, olej rzepakowy) 150g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; Podwieczorek: BUDYŃ WANILIOWY (mleko 2%, budyń proszek) 200g ;	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g ; SER TOPIONY (plastry) 40g ; SAŁATKA Z BURAKA NA RUKOLI (rukola, burak, słonecznik, ser fawita) 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: MUS WIELOWARZYWNY 100g ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2473.97 kcal; Białko ogółem: 99.10 g; Tłuszcz: 100.38 g; Węglowodany ogółem: 304.09 g; Sól: 6.33 g; cukry proste: 62.78 g; NKT: 37.95 g; Błonnik pokarmowy: 27.30 g;		
czwartek 2026-10-01		
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 OGONÓWKA WIEPRZOWA 30g ; OGÓREK ŚWIEŻY KROJONY 80g ; SZPINAK ŚWIEŻY 20g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; PŁATKI ORKISZOWE (mleko2%, płatki orkiszowe) 300g ; II Śniadanie: MOZZARELLA (ser) 40g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g ; PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ;	ZUPA KALAFIOROWA JARSKA (kalafior, ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 350g ; UDZIEC TRYBOWANY (udko z kurczaka) 120g ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g ; CUKINIA DUSZONA 75g ; SURÓWKA: PEKINKA Z KOPERKIEM (kapusta pekińska, koperek, olej rzepakowy) 75g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; Podwieczorek: BUDYŃ WANILIOWY BEZ CUKRU (mleko 2%, budyń proszek) 200g ;	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; SER TOPIONY (plastry) 40g ; WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g ; SAŁATKA Z BURAKA NA RUKOLI (rukola, burak, słonecznik, ser fawita) 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: MUS WIELOWARZYWNY 100g ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2270.43 kcal; Białko ogółem: 94.54 g; Tłuszcz: 96.58 g; Węglowodany ogółem: 271.06 g; Sól: 6.57 g; cukry proste: 53.79 g; NKT: 39.65 g; Błonnik pokarmowy: 35.99 g;		

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital MSWiA położnictwo		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2026-10-02 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 WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 40g ; WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA 30g ; JABŁKO (1 szt.) 150g ; SAŁATA 20g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; KASZA JAGLANA (MLEKO 2% tł., kasza jaglana) 300g ;	ZUPA JARZYNOWA JARSKA, Z ZIEMNIAKAMI (groszek, seler, pietruszka, marchew, por, ziemniaki, mąka pszenna) 350g ; JAJKO GOTOWANE 2szt ; SOS CHRZANOWY (chrzan, śmietana, mąka, sok z cytryny, sól, cukier) 100g ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g ; SAŁATA Z JOGURTEM I KOPERKIEM 150g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; Podwieczorek: KISIEL WIŚNIOWY Z TRUSKAWKAMI (skrobia ziemniaczana, sok z wiśni, cukier, truskawki) 200g ;	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; SAŁATKA: BROKUŁ Z JAJKIEM BEZML. 150g ; WĘDLINA Z INDYKA 30g ; KIEŁKI 20g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: SEREK HOMOGENIZOWANY (ser twarogowy odtłuszczony, śmietanka) 140g ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2549.96 kcal; Białko ogółem: 113.94 g; Tłuszcz: 108.71 g; Węglowodany ogółem: 293.40 g; Sól: 5.69 g; cukry proste: 80.65 g; NKT: 42.70 g; Błonnik pokarmowy: 29.26 g;		
piątek 2026-10-02 Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-łatwostrawna (poł/gin)		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 40g ; WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA 30g ; SAŁATA 20g ; JABŁKO (1 szt.) 150g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; KASZA JAGLANA (MLEKO 2% tł., kasza jaglana) 300g ;	ZUPA JARZYNOWA JARSKA, Z ZIEMNIAKAMI (groszek, seler, pietruszka, marchew, por, ziemniaki, mąka pszenna) 350g ; JAJKO GOTOWANE 2szt ; SOS KOPERKOWY 100g ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g ; SAŁATA Z JOGURTEM I KOPERKIEM 150g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; Podwieczorek: KISIEL WIŚNIOWY Z TRUSKAWKAMI (skrobia ziemniaczana, sok z wiśni, cukier, truskawki) 200g ;	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; WĘDLINA Z INDYKA 30g ; SAŁATKA: BROKUŁ Z JAJKIEM BEZML. 150g ; KIEŁKI 20g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: SEREK HOMOGENIZOWANY (ser twarogowy odtłuszczony, śmietanka) 140g ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2252.05 kcal; Białko ogółem: 112.75 g; Tłuszcz: 77.54 g; Węglowodany ogółem: 286.75 g; Sól: 5.88 g; cukry proste: 76.32 g; NKT: 34.88 g; Błonnik pokarmowy: 22.73 g;		
piątek 2026-10-02 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 ; RZODKIEWKA 80g ; SAŁATA 20g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; KASZA JAGLANA (MLEKO 2% tł., kasza jaglana) 300g ; II Śniadanie: WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA 30g ; PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ;	ZUPA JARZYNOWA JARSKA, Z ZIEMNIAKAMI (groszek, seler, pietruszka, marchew, por, ziemniaki, mąka pszenna) 350g ; JAJKO GOTOWANE 2szt ; SOS CHRZANOWY (chrzan, śmietana, mąka, sok z cytryny, sól, cukier) 100g ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g ; SAŁATA Z JOGURTEM I KOPERKIEM 150g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; Podwieczorek: KISIEL WIŚNIOWY Z TRUSKAWKAMI bez cukru (skrobia ziemniaczana, sok z wiśni, truskawki) 200g ;	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; SAŁATKA: BROKUŁ Z JAJKIEM BEZML. 150g ; WĘDLINA Z INDYKA 30g ; KIEŁKI 20g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 140g ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2516.47 kcal; Białko ogółem: 113.66 g; Tłuszcz: 112.92 g; Węglowodany ogółem: 278.81 g; Sól: 5.84 g; cukry proste: 69.74 g; NKT: 45.42 g; Błonnik pokarmowy: 34.48 g;		

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital MSWiA położnictwo		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2026-10-03		
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 SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g ; PASTA JAŁECZNA (jaja, majonez, szczypiorek) 40g ; MUS OWOCOWY (tubka) 100g ; ROSZPONKA 20g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; KASZA JĘCZMIENNA NA MLEKU 300ml ;	ZUPA Z FASOLKĄ SZPARAGOWĄ JARSKA (fasolka szp.,seler, pietruszka,marchew,ziemniaki,mąka pszenna) 350g ; RISOTTO Z KURCZAKIEM, CUKINIĄ I PAPRYKĄ (ryż, kurczak, cukinia, papryka, masło, ser, olej) 300g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; BURACZKI TARTE gotowane (buraki, olej) 100g ; Podwieczorek: KRAKERSY (mąka pszenna, sól) 20g ;	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; TWARÓG 40g ; WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA 30g ; OGÓREK KISZONY Z RZODKIEWKĄ I KOPERKIEM 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: SOK OWOCOWY PRZECIEROWY 1szt ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2530.84 kcal; Białko ogółem: 118.13 g; Tłuszcz: 97.70 g; Węglowodany ogółem: 300.25 g; Sól: 6.27 g; cukry proste: 36.07 g; NKT: 33.65 g; Błonnik pokarmowy: 28.73 g;		
sobota 2026-10-03		
Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-łatwostrawna (pol/gin)		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g ; PASTA JAŁECZNA (jaja, szczypiorek) 40g ; ROSZPONKA 20g ; MUS OWOCOWY (tubka) 100g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; KASZA JĘCZMIENNA NA MLEKU 300ml ;	ZUPA Z FASOLKĄ SZPARAGOWĄ JARSKA (fasolka szp.,seler, pietruszka,marchew,ziemniaki,mąka pszenna) 350g ; RISOTTO Z KURCZAKIEM, CUKINIĄ I PAPRYKĄ (ryż, kurczak, cukinia, papryka, masło, ser, olej) 300g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; BURACZKI TARTE gotowane (buraki, olej) 100g ; Podwieczorek: KRAKERSY (mąka pszenna, sól) 20g ;	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA 30g ; TWARÓG 40g ; PASTA Z ZIELONYCH WARZYW 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: SOK OWOCOWY PRZECIEROWY 1szt ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2461.53 kcal; Białko ogółem: 121.87 g; Tłuszcz: 86.01 g; Węglowodany ogółem: 302.76 g; Sól: 5.25 g; cukry proste: 35.54 g; NKT: 33.24 g; Błonnik pokarmowy: 23.89 g;		
sobota 2026-10-03		
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 SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g ; PAPRYKA ŚWIEŻA 80g ; ROSZPONKA 20g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; KASZA JĘCZMIENNA NA MLEKU 300ml ; II Śniadanie: PASTA JAŁECZNA (jaja, szczypiorek) 40g ; PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ;	ZUPA Z FASOLKĄ SZPARAGOWĄ JARSKA (fasolka szp.,seler, pietruszka,marchew,ziemniaki,mąka pszenna) 350g ; RISOTTO Z KURCZAKIEM, CUKINIĄ I PAPRYKĄ (ryż, kurczak, cukinia, papryka, masło, ser, olej) 300g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; BURACZKI TARTE gotowane (buraki, olej) 100g ; Podwieczorek: KRAKERSY (mąka pszenna, sól) 20g ;	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; TWARÓG 40g ; WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA 30g ; OGÓREK KISZONY Z RZODKIEWKĄ I KOPERKIEM 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY 1szt ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2420.05 kcal; Białko ogółem: 119.50 g; Tłuszcz: 97.33 g; Węglowodany ogółem: 278.85 g; Sól: 7.51 g; cukry proste: 47.71 g; NKT: 36.60 g; Błonnik pokarmowy: 33.06 g;		

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital MSWiA położnictwo		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2026-10-04 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 SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g ; PASTA Z TUŃCZYKA (tuńczyk, majonez, koper, ogórek kiszony) 40g ; BANAN (1 szt.) 170g ; RUKOLA 20g ; 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 ; BITKI WIEPRZOWE duszone (schab, mąka pszenna, olej) 100g ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g ; ZIELONE WARZYWA GOTOWANE (fasolka, brokuł, groszek) 150g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; SOS WŁASNY 100g ; 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 ; PASTA HUMMUS (cieciorka, oliwa, czosnek, sok z cytryny, koncentrat pom.) 40g ; WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g ; POMIDOR KROJONY 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: PRZEKĄSKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2242.97 kcal; Białko ogółem: 122.21 g; Tłuszcz: 70.85 g; Węglowodany ogółem: 293.76 g; Sól: 11.50 g; cukry proste: 66.46 g; NKT: 28.17 g; Błonnik pokarmowy: 31.96 g;		
niedziela 2026-10-04 Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-łatwostrawna (poł/gin)		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g ; PASTA Z TUŃCZYKA LEKKOSTRAWNA (tuńczyk, marchew, koper) 40g ; RUKOLA 20g ; BANAN (1 szt.) 170g ; 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 ; BITKI WIEPRZOWE duszone (schab, mąka pszenna, olej) 100g ; SOS WŁASNY 100g ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g ; ZIELONE WARZYWA GOTOWANE (fasolka, brokuł, groszek) 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 ; WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g ; MIÓD (20 g) 30g ; POMIDOR KROJONY 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: PRZEKĄSKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2235.64 kcal; Białko ogółem: 119.93 g; Tłuszcz: 60.92 g; Węglowodany ogółem: 313.61 g; Sól: 11.26 g; cukry proste: 65.02 g; NKT: 27.41 g; Błonnik pokarmowy: 25.60 g;		
niedziela 2026-10-04 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 SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g ; OGÓREK KONSERWOWY 80g ; RUKOLA 20g ; KAKAO (mleko 2% tł., kakao naturalne) 250ml ; PŁATKI ŻYTNIE (mleko 2%, płatki żytnie) 300g ; II Śniadanie: PASTA Z TUŃCZYKA (tuńczyk, majonez, koper, ogórek kiszony) 40g ; PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ;	K.B. ZUPA ROSÓŁ Z KASZKĄ MANNĄ (mięso drobiowe, kasza manna) 350ml ; BITKI WIEPRZOWE duszone (schab, mąka pszenna, olej) 100g ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g ; SURÓWKA: OGÓREK KISZONY KROJONY Z KOPERKIEM (ogórek kiszony, koperek, olej) 75g ; ZIELONE WARZYWA GOTOWANE (fasolka, brokuł, groszek) 75g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; SOS WŁASNY 100g ; Podwieczorek: JOGURT NATURALNY (mleko, kultury bakterii) 1szt ;	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; PASTA HUMMUS (cieciorka, oliwa, czosnek, sok z cytryny, koncentrat pom.) 40g ; WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g ; POMIDOR KROJONY 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: PRZEKĄSKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2188.96 kcal; Białko ogółem: 121.12 g; Tłuszcz: 78.16 g; Węglowodany ogółem: 267.06 g; Sól: 13.72 g; cukry proste: 52.26 g; NKT: 30.74 g; Błonnik pokarmowy: 32.79 g;		

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital MSWiA położnictwo		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2026-10-05Jadłospis 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 WIEPRZOWA 30g ; SEREK KANAPKOWY TWAROGOWY (ser twarogowy, sól) 40g ; KIWI (1 szt.) 75g ; ROSZPONKA 20g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; OWSIANKA (mleko 2% tł., płatki owsiane) 300g ;	ZUPA PIECZARKOWA Z MAKARONEM bezmł (włoszczyzna, pieczarki, mąka pszenna, makaron z pszenicy durum) 350g ; FILET DROBIOWY DUSZONY 100g ; SOS CYTRYNOWY 100ml ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g ; SURÓWKA: MARCHEW Z SELEREM I JOGURTEM (marchew, seler, jogurt naturalny) 150g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; Podwieczorek: SAŁATKA: MAKARON KOKARDKA Z FASOLĄ I WARZYWAMI (makaron, fasolka czerwona, papryka św., ogórek św., oliwa, natka) 150g ;	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA 30g ; SZYNKA PO RUSKU W GALARECIE 100g ; SAŁATKA WIOSENNA (sałata, pomidor, ogórek, olej, ziola suszone) 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: CIASTECZKA OWSIANE Z ŻURAWINĄ (płatki owsiane, jaja, żurawina) 30g ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2774.14 kcal; Białko ogółem: 126.12 g; Tłuszcz: 111.43 g; Węglowodany ogółem: 334.91 g; Sól: 11.25 g; cukry proste: 57.65 g; NKT: 43.50 g; Błonnik pokarmowy: 41.20 g;		
poniedziałek 2026-10-05Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-łatwostrawna (poł/gin)		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; WĘDLINA SZYNKA WIEPRZOWA 30g ; SEREK KANAPKOWY TWAROGOWY (ser twarogowy, sól) 40g ; ROSZPONKA 20g ; KIWI (1 szt.) 75g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; OWSIANKA (mleko 2% tł., płatki owsiane) 300g ;	ZUPA ZIEMNIACZANA JARSKA bezmł. (ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 350g ; FILET DROBIOWY DUSZONY 100g ; SOS CYTRYNOWY 100ml ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g ; SURÓWKA: MARCHEW Z SELEREM I JOGURTEM (marchew, seler, jogurt naturalny) 150g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; Podwieczorek: SAŁATKA: MAKARON KOKARDKA Z FASOLĄ I WARZYWAMI (makaron, fasolka czerwona, papryka św., ogórek św., oliwa, natka) 150g ;	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA 30g ; SZYNKA PO RUSKU W GALARECIE 100g ; SAŁATKA WIOSENNA (sałata, pomidor, ogórek, olej, ziola suszone) 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: CIASTECZKA OWSIANE Z ŻURAWINĄ (płatki owsiane, jaja, żurawina) 30g ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2779.63 kcal; Białko ogółem: 125.10 g; Tłuszcz: 110.65 g; Węglowodany ogółem: 336.13 g; Sól: 9.00 g; cukry proste: 56.17 g; NKT: 43.43 g; Błonnik pokarmowy: 35.74 g;		
poniedziałek 2026-10-05Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-ogr węgl. (poł/gin)		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 50g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g ; WĘDLINA SZYNKA WIEPRZOWA 30g ; OGÓREK KISZONY KROJONY 80g ; ROSZPONKA 20g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; OWSIANKA (mleko 2% tł., płatki owsiane) 300g ; II Śniadanie: SEREK KANAPKOWY TWAROGOWY (ser twarogowy, sól) 40g ; PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 40g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ;	ZUPA PIECZARKOWA Z MAKARONEM bezmł (włoszczyzna, pieczarki, mąka pszenna, makaron z pszenicy durum) 350g ; FILET DROBIOWY DUSZONY 100g ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g ; SOS CYTRYNOWY 100ml ; KALAFIOR GOTOWANY 75g ; SURÓWKA: MARCHEW Z SELEREM I JOGURTEM (marchew, seler, jogurt naturalny) 75g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; Podwieczorek: SAŁATKA: MAKARON KOKARDKA Z FASOLĄ I WARZYWAMI (makaron, fasolka czerwona, papryka św., ogórek św., oliwa, natka) 150g ;	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA 30g ; SZYNKA PO RUSKU W GALARECIE 100g ; SAŁATKA WIOSENNA (sałata, pomidor, ogórek, olej, ziola suszone) 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: CIASTECZKA OWSIANE (płatki owsiane, mąka pszenna, jaja, sól) 30g ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2713.47 kcal; Białko ogółem: 124.25 g; Tłuszcz: 113.93 g; Węglowodany ogółem: 317.25 g; Sól: 12.55 g; cukry proste: 49.39 g; NKT: 44.77 g; Błonnik pokarmowy: 43.13 g;		

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital MSWiA położnictwo		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2026-10-06 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 OGONÓWKA WIEPRZOWA 30g ; RYBA PO GRECKU (dorsz, marchew, seler, pietruszka, sos pomidorowy) 100g ; MUS WIELOWARZYWNY 100g ; SAŁATA 20g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; KASZA JĘCZMIENNA NA MLEKU 300ml ;	ZUPA OGÓRKOWA JARSKA (ogórek kiszony, ziemniak, marchew, seler, pietruszka) 350g ; PIEROGI LENIWE gotowane (twaróg półtłusty, mąka pszenna, ziemniaki, olej rzepakowy, skrobia ziemn., sól) 300g ; SOS JOGURTOWO-CYNAMONOWY (jogurt) 100g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; 1szt ; Podwieczorek: SAŁATKA GRECKA (sałata, ser салатkowy, pomidor, ogórek, oliwa, pieprz, ziola suszone) 150g ;	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; SER TOPIONY Z SZYNKĄ 40g ; WĘDLINA POŁĘDWICA Z INDYKA 30g ; POMIDOR KROJONY 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: JOGURT OWOCOWY (mleko, kultury bakterii, owoce) 1szt ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2686.90 kcal; Białko ogółem: 126.04 g; Tłuszcz: 114.34 g; Węglowodany ogółem: 299.14 g; Sól: 7.07 g; cukry proste: 90.34 g; NKT: 55.71 g; Błonnik pokarmowy: 25.46 g;		
wtorek 2026-10-06 Jadłospis 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 ; RYBA PO GRECKU (dorsz, marchew, seler, pietruszka, sos pomidorowy) 100g ; SAŁATA 20g ; MUS WIELOWARZYWNY 100g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; KASZA JĘCZMIENNA NA MLEKU 300ml ;	ZUPA BROKUŁOWA JARSKA (brokuł, marchew, seler, pietruszka, ziemniaki) 350g ; PIEROGI LENIWE gotowane (twaróg półtłusty, mąka pszenna, ziemniaki, olej rzepakowy, skrobia ziemn., sól) 300g ; SOK WIELOWARZYWNY 1szt ; SOS JOGURTOWO-CYNAMONOWY (jogurt) 100g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; Podwieczorek: SAŁATKA GRECKA (sałata, ser салатkowy, pomidor, ogórek, oliwa, pieprz, ziola suszone) 150g ;	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; WĘDLINA POŁĘDWICA Z INDYKA 30g ; SER TOPIONY Z SZYNKĄ 40g ; POMIDOR KROJONY 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: JOGURT OWOCOWY (mleko, kultury bakterii, owoce) 1szt ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2594.84 kcal; Białko ogółem: 126.56 g; Tłuszcz: 104.01 g; Węglowodany ogółem: 296.02 g; Sól: 9.09 g; cukry proste: 88.40 g; NKT: 55.05 g; Błonnik pokarmowy: 20.02 g;		
wtorek 2026-10-06 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 OGONÓWKA WIEPRZOWA 30g ; MUS WIELOWARZYWNY 100g ; SAŁATA 20g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; KASZA JĘCZMIENNA NA MLEKU 300ml ; II Śniadanie: RYBA PO GRECKU (dorsz, marchew, seler, pietruszka, sos pomidorowy) 100g ; PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ;	ZUPA OGÓRKOWA JARSKA (ogórek kiszony, ziemniak, marchew, seler, pietruszka) 350g ; PIEROGI LENIWE gotowane (twaróg półtłusty, mąka pszenna, ziemniaki, olej rzepakowy, skrobia ziemn., sól) 250g ; SOK WIELOWARZYWNY 1szt ; SOS JOGURTOWO-CYNAMONOWY (jogurt) 100g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; Podwieczorek: SAŁATKA GRECKA (sałata, ser салатkowy, pomidor, ogórek, oliwa, pieprz, ziola suszone) 150g ;	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; SER TOPIONY Z SZYNKĄ 40g ; WĘDLINA POŁĘDWICA Z INDYKA 30g ; POMIDOR KROJONY 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY (mleko, kultury bakterii) 1szt ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2627.00 kcal; Białko ogółem: 119.65 g; Tłuszcz: 115.92 g; Węglowodany ogółem: 291.35 g; Sól: 7.17 g; cukry proste: 93.43 g; NKT: 54.96 g; Błonnik pokarmowy: 30.42 g;		

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital MSWiA położnictwo		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2026-10-07 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 SZYNKA KONSERWOWA 30g ; MOZZARELLA (ser) 40g ; ŚLIWKA 100g ; RUKOLA 20g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; PŁATKI ORKISZOWE (mleko2%, płatki orkiszowe) 300g ;	ZUPA KREM Z BIAŁYCH WARZYW JARSKA (ziemniak, seler, kalafior, m.pszenna) 350g ; PAPRYKA FASZEROWANA (papryka, mięso wieprzowe, cukinia, ryż, ser) 200g ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g ; SURÓWKA: POR Z JABŁKIEM I KUKURYDZĄ (por, jabłko, kukurydza, olej rzepakowy, natka) 150g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; SOS POMIDOROWY (koncentrat pom., mąka pszenna) 100g ; Podwieczorek: WAFLE ORKISZOWE 36g ;	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; PASTA DROBIOWO-WARZYWNA B/ML 40g ; WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g ; SAŁATA Z SOSEM VINEGRET 50g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 200g ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2577.69 kcal; Białko ogółem: 121.53 g; Tłuszcz: 91.65 g; Węglowodany ogółem: 337.40 g; Sól: 11.53 g; cukry proste: 68.45 g; NKT: 33.35 g; Błonnik pokarmowy: 38.04 g;		
środa 2026-10-07 Jadłospis 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 ; MOZZARELLA (ser) 40g ; RUKOLA 20g ; JABŁKO PIECZONE 150g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; PŁATKI ORKISZOWE (mleko2%, płatki orkiszowe) 300g ;	ZUPA KREM Z BIAŁYCH WARZYW JARSKA (ziemniak, seler, kalafior, m.pszenna) 350g ; CUKINIA FASZEROWANA MIĘSEM MIELONYM DROBIOWYM I RYŻEM b/gl i b/ml (kurczak, pomidory, olej, ryż, cukinia) 200g ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g ; SOS POMIDOROWY (koncentrat pom., mąka pszenna) 100g ; SZPINAK GOTOWANY BLENOWANY 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 ; WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g ; PASTA DROBIOWO-WARZYWNA B/ML 40g ; SAŁATA Z SOSEM VINEGRET 50g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 200g ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2475.44 kcal; Białko ogółem: 126.06 g; Tłuszcz: 82.84 g; Węglowodany ogółem: 326.59 g; Sól: 10.97 g; cukry proste: 67.88 g; NKT: 29.21 g; Błonnik pokarmowy: 30.16 g;		
środa 2026-10-07 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 SZYNKA KONSERWOWA 30g ; RZODKIEWKA 80g ; RUKOLA 20g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; PŁATKI ORKISZOWE (mleko2%, płatki orkiszowe) 300g ; II Śniadanie: MOZZARELLA (ser) 40g ; PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ;	ZUPA KREM Z BIAŁYCH WARZYW JARSKA (ziemniak, seler, kalafior, m.pszenna) 350g ; PAPRYKA FASZEROWANA (papryka, mięso wieprzowe, cukinia, ryż, ser) 200g ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g ; SURÓWKA: POR Z JABŁKIEM I KUKURYDZĄ (por, jabłko, kukurydza, olej rzepakowy, natka) 75g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; SOS POMIDOROWY (koncentrat pom., mąka pszenna) 100g ; Podwieczorek: WAFLE ORKISZOWE 36g ;	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; PASTA DROBIOWO-WARZYWNA B/ML 40g ; WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g ; SAŁATA Z SOSEM VINEGRET 50g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 200g ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2515.96 kcal; Białko ogółem: 119.43 g; Tłuszcz: 94.83 g; Węglowodany ogółem: 319.12 g; Sól: 11.51 g; cukry proste: 60.72 g; NKT: 35.96 g; Błonnik pokarmowy: 41.74 g;		

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital MSWiA położnictwo		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2026-10-08 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 SUCHA WIEPRZOWA 30g ; TWARÓG Z JOGURTEM (twaróg półtłusty, jogurt naturalny) 40g ; ROSZPONKA 20g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; PŁATKI ŻYTNIE (mleko 2%, płatki żytnie) 300g ; OGÓREK ŚWIEŻY KROJONY 80g ;	ZUPA MARCHWIOWA JARSKA (marchew, seler, pietruszka, ziemniak, m. pszenna, kasza manna) 350g ; ZRAZY ZE SCHABU Z WARZYWAMI duszony (schab, cukinia, pieczarki, mąka pszenna) 150g ; KASZA GRYCZANA 250g ; SURÓWKA: KAPUSTA BIAŁA Z KOPERKIEM (kapusta biała, koperek, olej rzepakowy) 150g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; SOS WŁASNY 100g ; Podwieczorek: KOKTAJL OWOCE LEŚNE (maliny, czarne porzeczki, maślanka- mleko, kultury bakterii) 200g ;	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; JAJKO GOTOWANE 1szt ; WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA 30g ; POMIDOR KROJONY 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: SOK Z BURAKA 1szt ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2278.85 kcal; Białko ogółem: 110.71 g; Tłuszcz: 65.66 g; Węglowodany ogółem: 326.50 g; Sól: 6.55 g; cukry proste: 99.29 g; NKT: 31.91 g; Błonnik pokarmowy: 30.01 g;		
czwartek 2026-10-08 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 Z JOGURTEM (twaróg półtłusty, jogurt naturalny) 40g ; ROSZPONKA 20g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; PŁATKI ŻYTNIE (mleko 2%, płatki żytnie) 300g ; POMARAŃCZA (1/2 szt.) 120g ;	ZUPA MARCHWIOWA JARSKA (marchew, seler, pietruszka, ziemniak, m. pszenna, kasza manna) 350g ; ZRAZY ZE SCHABU Z WARZYWAMI duszony (schab, cukinia, pieczarki, mąka pszenna) 150g ; KASZA JEĆZMIENNA 250g ; BROKUŁ GOTOWANY 150g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; SOS WŁASNY 100g ; Podwieczorek: KOKTAJL OWOCE LEŚNE (maliny, czarne porzeczki, maślanka- mleko, kultury bakterii) 200g ;	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA 30g ; JAJKO GOTOWANE 1szt ; POMIDOR KROJONY 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: SOK Z BURAKA 1szt ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2277.49 kcal; Białko ogółem: 108.50 g; Tłuszcz: 63.70 g; Węglowodany ogółem: 330.57 g; Sól: 6.06 g; cukry proste: 94.22 g; NKT: 31.70 g; Błonnik pokarmowy: 26.43 g;		
czwartek 2026-10-08 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 SUCHA WIEPRZOWA 30g ; ROSZPONKA 20g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; PŁATKI ŻYTNIE (mleko 2%, płatki żytnie) 300g ; OGÓREK ŚWIEŻY KROJONY 80g ; II Śniadanie: TWARÓG Z JOGURTEM (twaróg półtłusty, jogurt naturalny) 40g ; PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ;	ZUPA MARCHWIOWA JARSKA (marchew, seler, pietruszka, ziemniak, m. pszenna, kasza manna) 350g ; ZRAZY ZE SCHABU Z WARZYWAMI duszony (schab, cukinia, pieczarki, mąka pszenna) 150g ; KASZA GRYCZANA 250g ; SURÓWKA: KAPUSTA BIAŁA Z KOPERKIEM (kapusta biała, koperek, olej rzepakowy) 75g ; BROKUŁ GOTOWANY 75g ; SOS WŁASNY 100g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; Podwieczorek: KOKTAJL OWOCE LEŚNE (maliny, czarne porzeczki, maślanka- mleko, kultury bakterii) 200g ;	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; JAJKO GOTOWANE 1szt ; WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA 30g ; POMIDOR KROJONY 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: SOK Z BURAKA 1szt ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2282.01 kcal; Białko ogółem: 110.95 g; Tłuszcz: 69.69 g; Węglowodany ogółem: 320.77 g; Sól: 6.52 g; cukry proste: 96.97 g; NKT: 34.61 g; Błonnik pokarmowy: 35.44 g;		

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital MSWiA położnictwo		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2026-10-09 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 DROBIOWA z kurczaka 30g ; SER ŻÓŁTY 25g ; PAPRYKA ŚWIEŻA 80g ; SAŁATA LODOWA KROJONA 20g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; RYŻ NA MLEKU (mleko 2% tł., ryż) 300g ;	ZUPA KRUPNIK JAGLANY JARSKI (kasza jaglana, ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, masło) 350g ; PULPETY RYBNE gotowane (ryba, jajo, koper św., bulka tarta) 100g ; SOS KOPERKOWY 100g ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g ; SURÓWKA: KAPUSTA KISZONA 150g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; Podwieczorek: MUS JAGLANY Z ŻURAWINĄ i CYNAMONEM (kasza jaglana, mleko, żurawina, cynamon) 200g ;	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g ; PASZTET SOJOWY (woda, olej rzepakowy, białko sojowe, cebula, skrobia kukurydziana, konc. pomid., gorczyca, sól) 40g ; SAŁATKA GRECKA (sałata, ser sałatkowy, pomidor, ogórek, oliwa, pieprz, ziola suszone) 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 140g ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2308.99 kcal; Białko ogółem: 110.92 g; Tłuszcz: 80.03 g; Węglowodany ogółem: 298.60 g; Sól: 9.70 g; cukry proste: 57.26 g; NKT: 32.87 g; Błonnik pokarmowy: 27.86 g;		
piątek 2026-10-09 Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-łatwostrawna (pol/gin)		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; SEREK ZIOŁOWY 40g ; WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g ; SAŁATA LODOWA KROJONA 20g ; JABŁKO (1 szt.) 225g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; RYŻ NA MLEKU (mleko 2% tł., ryż) 300g ;	ZUPA KRUPNIK JAGLANY JARSKI (kasza jaglana, ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, masło) 350g ; PULPETY RYBNE gotowane (ryba, jajo, koper św., bulka tarta) 100g ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g ; SOS KOPERKOWY 100g ; FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA 150g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; Podwieczorek: MUS JAGLANY Z ŻURAWINĄ i CYNAMONEM (kasza jaglana, mleko, żurawina, cynamon) 200g ;	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; DŻEM TRUSKAWKOWY NISKOSŁODZONY (truskawki 40%, cukier, woda, pektyny, guma guar) 30g ; WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g ; SAŁATKA GRECKA (sałata, ser sałatkowy, pomidor, ogórek, oliwa, pieprz, ziola suszone) 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 140g ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2329.23 kcal; Białko ogółem: 109.23 g; Tłuszcz: 70.29 g; Węglowodany ogółem: 327.28 g; Sól: 9.02 g; cukry proste: 79.36 g; NKT: 35.52 g; Błonnik pokarmowy: 25.11 g;		
piątek 2026-10-09 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 ŻÓŁTY 25g ; PAPRYKA ŚWIEŻA 80g ; SAŁATA LODOWA KROJONA 20g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; RYŻ NA MLEKU (mleko 2% tł., ryż) 300g ; II Śniadanie: WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g ; PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ;	ZUPA KRUPNIK JAGLANY JARSKI (kasza jaglana, ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, masło) 350g ; PULPETY RYBNE gotowane (ryba, jajo, koper św., bulka tarta) 100g ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g ; SOS KOPERKOWY 100g ; FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA 75g ; SURÓWKA: KAPUSTA KISZONA 75g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; Podwieczorek: MUS JAGLANY Z ŻURAWINĄ i CYNAMONEM (kasza jaglana, mleko, żurawina, cynamon) 200g ;	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g ; PASZTET SOJOWY (woda, olej rzepakowy, białko sojowe, cebula, skrobia kukurydziana, konc. pomid., gorczyca, sól) 40g ; SAŁATKA GRECKA (sałata, ser sałatkowy, pomidor, ogórek, oliwa, pieprz, ziola suszone) 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 140g ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2312.19 kcal; Białko ogółem: 111.14 g; Tłuszcz: 81.33 g; Węglowodany ogółem: 299.39 g; Sól: 9.42 g; cukry proste: 59.77 g; NKT: 35.39 g; Błonnik pokarmowy: 33.54 g;		

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital MSWiA położnictwo		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2026-10-10		
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 SZYNKA WIEPRZOWA 30g ; PASTA Z WĘDZONEJ MAKRELI 40g ; BANAN (1 szt.) 150g ; ROSZPONKA 20g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; OWSIANKA (mleko 2% tł., płatki owsiane) 300g ;	ZUPA CUKINIOWA JARSKA (cukinia, seler, pietruszka korzeń, marchew, ziemniaki, mąka pszenna) 350g ; POTRAWKA Z KURCZAKA Z RODZYNKAMI 150g ; RYŻ BASMATI 250g ; MARCHEWKA Z GROSZKIEM (marchew, groszek) 150g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ;	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 40g ; WĘDLINA POLĘDWICA WIEPRZOWA 30g ; POMIDOR KROJONY 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ;
Podwieczorek: MAŚLANKA (mleko, kultury bakterii) 200ml ; Posiłek nocny: WAFLE ORKISZOWE 35g ;		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2352.56 kcal; Białko ogółem: 100.52 g; Tłuszcz: 70.21 g; Węglowodany ogółem: 342.05 g; Sól: 6.40 g; cukry proste: 70.43 g; NKT: 32.12 g; Błonnik pokarmowy: 29.65 g;		
sobota 2026-10-10		
Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-łatwostrawna (pol/gin)		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; PASTA Z GOTOWANEJ RYBY Z WARZYWAMI (ryba, seler, marchew) 40g ; WĘDLINA SZYNKA WIEPRZOWA 30g ; ROSZPONKA 20g ; BANAN (1 szt.) 150g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; OWSIANKA (mleko 2% tł., płatki owsiane) 300g ;	ZUPA CUKINIOWA JARSKA (cukinia, seler, pietruszka korzeń, marchew, ziemniaki, mąka pszenna) 350g ; POTRAWKA Z KURCZAKA Z RODZYNKAMI 150g ; RYŻ BASMATI 250g ; MARCHEWKA Z GROSZKIEM (marchew, groszek) 150g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ;	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; WĘDLINA POLĘDWICA WIEPRZOWA 30g ; SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 40g ; POMIDOR KROJONY 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ;
Podwieczorek: MAŚLANKA (mleko, kultury bakterii) 200ml ; Posiłek nocny: WAFLE ORKISZOWE 35g ;		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2333.86 kcal; Białko ogółem: 100.20 g; Tłuszcz: 66.98 g; Węglowodany ogółem: 342.39 g; Sól: 5.65 g; cukry proste: 68.91 g; NKT: 31.31 g; Błonnik pokarmowy: 24.90 g;		
sobota 2026-10-10		
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 SZYNKA WIEPRZOWA 30g ; OGÓREK KISZONY KROJONY 80g ; ROSZPONKA 20g ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml ; OWSIANKA (mleko 2% tł., płatki owsiane) 300g ; II Śniadanie: PASTA Z WĘDZONEJ MAKRELI 40g ; PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ;	ZUPA CUKINIOWA JARSKA (cukinia, seler, pietruszka korzeń, marchew, ziemniaki, mąka pszenna) 350g ; POTRAWKA Z KURCZAKA Z RODZYNKAMI 150g ; RYŻ BASMATI 250g ; SAŁATA Z SOSEM VINEGRET 75g ; MARCHEWKA Z GROSZKIEM (marchew, groszek) 75g ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml ; Podwieczorek: MAŚLANKA (mleko, kultury bakterii) 200ml ;	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g ; SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 40g ; WĘDLINA POLĘDWICA WIEPRZOWA 30g ; POMIDOR KROJONY 100g ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml ; Posiłek nocny: WAFLE ORKISZOWE 35g ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2310.96 kcal; Białko ogółem: 98.61 g; Tłuszcz: 79.93 g; Węglowodany ogółem: 312.91 g; Sól: 8.02 g; cukry proste: 50.27 g; NKT: 32.44 g; Błonnik pokarmowy: 31.85 g;		

Dietetyk

.....