

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA położnictwo		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2026-10-21		
Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-podst. (pol/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: ; Podwieczorek: BUDYŃ WANILIOWY (mleko 2%, budyń proszek) 200g , Zawiera: MLE;	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 fawita) 100g , Zawiera: MLE; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ; Posiłek nocny: PRZEKĄSKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g , Zawiera: ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2360.26 kcal; Białko ogółem: 111.89 g; Tłuszcz: 90.93 g; Węglowodany ogółem: 284.61 g; Sól: 5.70 g; cukry proste: 72.91 g; NKT: 36.25 g; Błonnik pokarmowy: 32.06 g;		
środa 2026-10-21		
Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-łatwostrawna (pol/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: ; Podwieczorek: BUDYŃ WANILIOWY (mleko 2%, budyń proszek) 200g , Zawiera: MLE;	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 fawita) 100g , Zawiera: MLE; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ; Posiłek nocny: PRZEKĄSKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g , Zawiera: ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2304.37 kcal; Białko ogółem: 107.84 g; Tłuszcz: 87.18 g; Węglowodany ogółem: 281.20 g; Sól: 8.72 g; cukry proste: 80.52 g; NKT: 39.28 g; Błonnik pokarmowy: 25.35 g;		
środa 2026-10-21		
Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-ogr węgl. (pol/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: ; Podwieczorek: BUDYŃ WANILIOWY BEZ CUKRU (mleko 2%, budyń proszek) 200g , Zawiera: MLE;	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 fawita) 100g , Zawiera: MLE; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ; Posiłek nocny: PRZEKĄSKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g , 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: ;		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2229.78 kcal; Białko ogółem: 108.31 g; Tłuszcz: 89.94 g; Węglowodany ogółem: 258.70 g; Sól: 6.42 g; cukry proste: 56.80 g; NKT: 35.53 g; Błonnik pokarmowy: 32.98 g;		

Dietetyk

Oddział: Szpital MSWiA położnictwo		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2026-10-22 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; GOŁĄBKİ 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: ; Podwieczorek: KOKTAJL OWOCE LEŚNE (maliny, czarne porzeczki, maślanka- mleko, kultury bakterii) 200g , Zawiera: MLE;	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: ; Posiłek nocny: SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 150g , Zawiera: ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2291.86 kcal; Białko ogółem: 109.04 g; Tłuszcz: 84.33 g; Węglowodany ogółem: 291.56 g; Sól: 6.71 g; cukry proste: 84.42 g; NKT: 39.84 g; Błonnik pokarmowy: 28.22 g;		
czwartek 2026-10-22 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; GOŁĄBKİ ŁATWOSTRAWNE gotowane (mięso mielone wieprz., ryż, jajka, 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: ; Podwieczorek: KOKTAJL OWOCE LEŚNE (maliny, czarne porzeczki, maślanka- mleko, kultury bakterii) 200g , Zawiera: MLE;	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: ; Posiłek nocny: SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 150g , Zawiera: ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2347.03 kcal; Białko ogółem: 114.90 g; Tłuszcz: 85.32 g; Węglowodany ogółem: 294.15 g; Sól: 6.65 g; cukry proste: 80.62 g; NKT: 40.51 g; Błonnik pokarmowy: 22.38 g;		
czwartek 2026-10-22 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; GOŁĄBKİ TRADYCYJNE gotowane (mięso wieprzowe mielone, ryż, kapusta biała) 150g , Zawiera: JAJ; 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: ; Podwieczorek: KOKTAJL OWOCE LEŚNE (maliny, czarne porzeczki, maślanka- mleko, kultury bakterii) 200g , Zawiera: MLE;	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: ; Posiłek nocny: SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 150g , 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: ;		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2271.99 kcal; Białko ogółem: 108.88 g; Tłuszcz: 88.67 g; Węglowodany ogółem: 279.02 g; Sól: 6.87 g; cukry proste: 76.85 g; NKT: 42.69 g; Błonnik pokarmowy: 31.54 g;		

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital MSWiA położnictwo		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2026-10-23 Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-podst. (pol/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 SZYŃKÓWKA 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: KISIEL CYTRYNOWY Z JABŁKIEM (kisiel proszek, jabłko) 200g , Zawiera: ;		
Posiłek nocny: SOK WIELOWARZYWNY 1szt , Zawiera: ;		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2108.99 kcal; Białko ogółem: 87.70 g; Tłuszcz: 72.25 g; Węglowodany ogółem: 289.73 g; Sól: 5.09 g; cukry proste: 93.92 g; NKT: 33.27 g; Błonnik pokarmowy: 25.22 g;		
piątek 2026-10-23 Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-łatwostrawna (pol/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 SZYŃKÓWKA 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: KISIEL CYTRYNOWY Z JABŁKIEM (kisiel proszek, jabłko) 200g , Zawiera: ;		
Posiłek nocny: SOK WIELOWARZYWNY 1szt , Zawiera: ;		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2056.75 kcal; Białko ogółem: 89.86 g; Tłuszcz: 60.69 g; Węglowodany ogółem: 298.93 g; Sól: 5.20 g; cukry proste: 88.96 g; NKT: 30.14 g; Błonnik pokarmowy: 22.77 g;		
piątek 2026-10-23 Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-ogr węgl. (pol/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 SZYŃKÓWKA 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: KISIEL CYTRYNOWY Z JABŁKIEM (kisiel proszek, jabłko) 200g , Zawiera: ;	Posiłek nocny: SOK WIELOWARZYWNY 1szt , Zawiera: ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2112.57 kcal; Białko ogółem: 87.92 g; Tłuszcz: 76.54 g; Węglowodany ogółem: 282.67 g; Sól: 5.14 g; cukry proste: 89.16 g; NKT: 35.78 g; Błonnik pokarmowy: 28.89 g;		

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital MSWiA położnictwo		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2026-10-24		
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 SUCHA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; mozzarella 40.0g , Zawiera: MLE; BANAN (1 szt.) 120g , Zawiera: ; SZPINAK ŚWIEŻY 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; PŁATKI ORKISZOWE (mleko2%, płatki orkiszowe) 300g , Zawiera: GLU, MLE;	ZUPA KREM Z SOCZEWICY (marchew, seler, pietruszka, ziemniak, pomidory, soczewica) 350g , Zawiera: SEL; RYŻ BASMATI 250g , Zawiera: ; KURCZAK CURRY B/ MLEKA duszony (pierś z kurczaka, seler, pietruszka, cebula, curry) 150g , Zawiera: GLU, SEL; SAŁATA Z SOSEM VINEGRET 150g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ; Podwieczorek: CIASTO MARCHEWKOWE (mąka pszenna, marchew, jajka, olej) 100g , Zawiera: GLU, JAJ, MLE;	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: ; PASTA DROBIOWO- POMIDOROWA Z PIETRUSZKĄ, BEZML. (filet z kurczaka, pietruszka, konc. pomid., olej rzepakowy) 40g , Zawiera: ; SAŁATKA WIOSENNA (sałata, pomidor, ogórek, olej, ziola suszone) 100g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ; Posiłek nocny: KEFIR 200.0ml , Zawiera: MLE;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2995.40 kcal; Białko ogółem: 146.14 g; Tłuszcz: 111.61 g; Węglowodany ogółem: 384.13 g; Sól: 6.34 g; cukry proste: 81.34 g; NKT: 33.71 g; Błonnik pokarmowy: 37.44 g;		
sobota 2026-10-24		
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 SUCHA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; mozzarella 40.0g , Zawiera: MLE; SZPINAK ŚWIEŻY 20g , Zawiera: ; BANAN (1 szt.) 120g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; PŁATKI ORKISZOWE (mleko2%, płatki orkiszowe) 300g , Zawiera: GLU, MLE;	ZUPA KREM Z SOCZEWICY (marchew, seler, pietruszka, ziemniak, pomidory, soczewica) 350g , Zawiera: SEL; RYŻ BASMATI 250g , Zawiera: ; KURCZAK CURRY B/ MLEKA duszony (pierś z kurczaka, seler, pietruszka, cebula, curry) 150g , Zawiera: GLU, SEL; SAŁATA Z SOSEM VINEGRET 150g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ; Podwieczorek: CIASTO MARCHEWKOWE (mąka pszenna, marchew, jajka, olej) 100g , Zawiera: GLU, JAJ, MLE;	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g , Zawiera: ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA Z INDYKA 30g , Zawiera: ; PASTA DROBIOWO- POMIDOROWA Z PIETRUSZKĄ, BEZML. (filet z kurczaka, pietruszka, konc. pomid., olej rzepakowy) 40g , Zawiera: ; SAŁATKA WIOSENNA (sałata, pomidor, ogórek, olej, ziola suszone) 100g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ; Posiłek nocny: KEFIR 200.0ml , Zawiera: MLE;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 3010.70 kcal; Białko ogółem: 146.86 g; Tłuszcz: 111.25 g; Węglowodany ogółem: 385.21 g; Sól: 6.20 g; cukry proste: 79.18 g; NKT: 33.73 g; Błonnik pokarmowy: 32.13 g;		
sobota 2026-10-24		
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 SUCHA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; RZODKIEWKA 80g , Zawiera: ; SZPINAK ŚWIEŻY 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; PŁATKI ORKISZOWE (mleko2%, płatki orkiszowe) 300g , Zawiera: GLU, MLE;	ZUPA KREM Z SOCZEWICY (marchew, seler, pietruszka, ziemniak, pomidory, soczewica) 350g , Zawiera: SEL; RYŻ BASMATI 250g , Zawiera: ; KURCZAK CURRY B/ MLEKA duszony (pierś z kurczaka, seler, pietruszka, cebula, curry) 150g , Zawiera: GLU, SEL; SAŁATA Z SOSEM VINEGRET 75g , Zawiera: ; KALAFIOR GOTOWANY 75g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ; Podwieczorek: CIASTO MARCHEWKOWE (mąka pszenna, marchew, jajka, olej) 100g , Zawiera: GLU, JAJ, MLE;	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: ; PASTA DROBIOWO- POMIDOROWA Z PIETRUSZKĄ, BEZML. (filet z kurczaka, pietruszka, konc. pomid., olej rzepakowy) 40g , Zawiera: ; SAŁATKA WIOSENNA (sałata, pomidor, ogórek, olej, ziola suszone) 100g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ; Posiłek nocny: KEFIR 200.0ml , Zawiera: MLE;
II Śniadanie: PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g , Zawiera: MLE; mozzarella 40.0g , Zawiera: MLE; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2887.44 kcal; Białko ogółem: 147.01 g; Tłuszcz: 105.92 g; Węglowodany ogółem: 371.52 g; Sól: 6.22 g; cukry proste: 70.62 g; NKT: 35.73 g; Błonnik pokarmowy: 42.03 g;		

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital MSWiA położnictwo		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2026-10-25		
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 POŁĘDWICA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 40g , Zawiera: ; KIWI (1 szt.) 75g , Zawiera: ; ROSZPONKA 20g , Zawiera: ; KAKAO (mleko 2% tł., kakao naturalne) 250ml , Zawiera: MLE; KASZA JAGLANA (mleko 2% tł., kasza jaglana) 300g , Zawiera: MLE;	ZUPA CUKINIOWA JARSKA (cukinia, seler, pietruszka korzeń, marchew, ziemniaki, mąka pszenna) 350g , Zawiera: GLU, SEL; SZYNKA DUSZONA (szynka, liść laurowy, pieprz, sól) 100g , Zawiera: ; SOS PIECZENIOWY (sos własny, mąka pszenna) 100g , Zawiera: GLU; KASZA JĘCZMIENNA 250g , Zawiera: GLU; SURÓWKA: OGÓREK KISZONY KROJONY Z KOPERKIEM (ogórek kiszony, koperek, olej) 150g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ; Podwieczorek: MAŚLANKA (mleko, kultury bakterii) 200ml , Zawiera: MLE;	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; SER TOPIONY Z SZYNKĄ 40g , Zawiera: MLE; WĘDLINA WIEPRZOWA wędzona 30g , Zawiera: ; SURÓWKA: PEKINKA Z JOGURTEM NATURALNYM (k. pekińska, jogurt naturalny) 100g , Zawiera: MLE; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ; Posiłek nocny: CIASTECZKA OWSIANE (płatki owsiane, mąka pszenna, jaja, sól) 50g , Zawiera: GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2378.37 kcal; Białko ogółem: 108.91 g; Tłuszcz: 84.59 g; Węglowodany ogółem: 308.12 g; Sól: 12.43 g; cukry proste: 61.90 g; NKT: 40.65 g; Błonnik pokarmowy: 26.20 g;		
niedziela 2026-10-25		
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 POŁĘDWICA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 40g , Zawiera: ; KIWI (1 szt.) 75g , Zawiera: ; ROSZPONKA 20g , Zawiera: ; KAKAO (mleko 2% tł., kakao naturalne) 250ml , Zawiera: MLE; KASZA JAGLANA (mleko 2% tł., kasza jaglana) 300g , Zawiera: ;	ZUPA CUKINIOWA JARSKA (cukinia, seler, pietruszka korzeń, marchew, ziemniaki, mąka pszenna) 350g , Zawiera: GLU, SEL; SZYNKA DUSZONA (szynka, liść laurowy, pieprz, sól) 100g , Zawiera: ; KASZA JĘCZMIENNA 250g , Zawiera: GLU; SOS PIECZENIOWY (sos własny, mąka pszenna) 100g , Zawiera: GLU; BUKIET WARZYW GOTOWANYCH (brokuł, kalafior, marchew) 150g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ; Podwieczorek: MAŚLANKA (mleko, kultury bakterii) 200ml , Zawiera: MLE;	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g , Zawiera: ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; SER TOPIONY Z SZYNKĄ 40g , Zawiera: MLE; WĘDLINA WIEPRZOWA wędzona 30g , Zawiera: ; SURÓWKA: PEKINKA Z JOGURTEM NATURALNYM (k. pekińska, jogurt naturalny) 100g , Zawiera: MLE; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ; Posiłek nocny: CIASTECZKA OWSIANE (płatki owsiane, mąka pszenna, jaja, sól) 50g , Zawiera: GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2408.07 kcal; Białko ogółem: 110.97 g; Tłuszcz: 83.98 g; Węglowodany ogółem: 313.97 g; Sól: 9.80 g; cukry proste: 62.98 g; NKT: 40.65 g; Błonnik pokarmowy: 24.29 g;		
niedziela 2026-10-25		
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: ; KIWI (1 szt.) 75g , Zawiera: ; ROSZPONKA 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 200ml , Zawiera: GLU, MLE; KASZA JAGLANA (mleko 2% tł., kasza jaglana) 300g , Zawiera: MLE;	ZUPA CUKINIOWA JARSKA (cukinia, seler, pietruszka korzeń, marchew, ziemniaki, mąka pszenna) 350g , Zawiera: GLU, SEL; SZYNKA DUSZONA (szynka, liść laurowy, pieprz, sól) 100g , Zawiera: ; KASZA JĘCZMIENNA 250g , Zawiera: GLU; SOS PIECZENIOWY (sos własny, mąka pszenna) 100g , Zawiera: GLU; SURÓWKA: OGÓREK KISZONY KROJONY Z KOPERKIEM (ogórek kiszony, koperek, olej) 75g , Zawiera: ; BUKIET WARZYW GOTOWANYCH (brokuł, kalafior, marchew) 75g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ; Podwieczorek: MAŚLANKA (mleko, kultury bakterii) 200ml , Zawiera: MLE;	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA WIEPRZOWA wędzona 30g , Zawiera: ; SER TOPIONY Z SZYNKĄ 40g , Zawiera: MLE; SURÓWKA: PEKINKA Z JOGURTEM NATURALNYM (k. pekińska, jogurt naturalny) 100g , Zawiera: MLE; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ; Posiłek nocny: CIASTECZKA OWSIANE (płatki owsiane, mąka pszenna, jaja, sól) 50g , Zawiera: GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ;
II Śniadanie: PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g , Zawiera: MLE; WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2326.93 kcal; Białko ogółem: 104.49 g; Tłuszcz: 86.08 g; Węglowodany ogółem: 300.01 g; Sól: 11.19 g; cukry proste: 57.52 g; NKT: 41.66 g; Błonnik pokarmowy: 33.07 g;		

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital MSWiA położnictwo		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2026-10-26		
Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-podst. (poł/gin)		
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 50g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g , Zawiera: MLE; WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g , Zawiera: ; SAŁATKA JARZYNOWA (marchew, seler, groszek, ziemniaki, jog. nat.) 100g , Zawiera: MLE; POMIDOR KROJONY 80g , Zawiera: ; RUKOLA 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; OWSIANKA (mleko 2% tł., płatki owsiane) 300g , Zawiera: GLU, MLE;	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMNIAKAMI JARSKA 350g , Zawiera: SEL; KOPYTKA (mąka pszenna, jajko, ziemniaki, twaróg) 250g , Zawiera: GLU, JAJ, MLE; GULASZ DROBIOWY Z PIECZARKAMI 200g , Zawiera: GLU; 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 SZYNKA KONSERWOWA 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: SOK WIELOWARZYWNY 1szt , Zawiera: ;		
Posiłek nocny: JOGURT OWOCOWY (mleko, kultury bakterii, owoce) 1szt , Zawiera: MLE;		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2211.04 kcal; Białko ogółem: 92.83 g; Tłuszcz: 72.45 g; Węglowodany ogółem: 311.55 g; Sól: 4.49 g; cukry proste: 84.52 g; NKT: 30.87 g; Błonnik pokarmowy: 29.63 g;		
poniedziałek 2026-10-26		
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: ; SAŁATKA JARZYNOWA (marchew, seler, groszek, ziemniaki, jog. nat.) 100g , Zawiera: MLE; RUKOLA 20g , Zawiera: ; POMIDOR KROJONY 80g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; OWSIANKA (mleko 2% tł., płatki owsiane) 300g , Zawiera: GLU, MLE;	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMNIAKAMI JARSKA 350g , Zawiera: SEL; KOPYTKA (mąka pszenna, jajko, ziemniaki, twaróg) 250g , Zawiera: GLU, JAJ, MLE; GULASZ DROBIOWY Z PIECZARKAMI 200g , Zawiera: GLU; 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; WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA 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: SOK WIELOWARZYWNY 1szt , Zawiera: ;		
Posiłek nocny: JOGURT OWOCOWY (mleko, kultury bakterii, owoce) 1szt , Zawiera: MLE;		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2363.14 kcal; Białko ogółem: 96.46 g; Tłuszcz: 76.85 g; Węglowodany ogółem: 334.43 g; Sól: 4.78 g; cukry proste: 83.19 g; NKT: 33.73 g; Błonnik pokarmowy: 26.78 g;		
poniedziałek 2026-10-26		
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 SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g , Zawiera: ; RUKOLA 20g , Zawiera: ; POMIDOR KROJONY 80g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; OWSIANKA (mleko 2% tł., płatki owsiane) 300g , Zawiera: GLU, MLE;	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMNIAKAMI JARSKA 350g , Zawiera: SEL; KOPYTKA (mąka pszenna, jajko, ziemniaki, twaróg) 250g , Zawiera: GLU, JAJ, MLE; GULASZ DROBIOWY Z PIECZARKAMI 200g , Zawiera: GLU; SURÓWKA: MARCHEW Z ANANASEM I SŁONECZNIKIEM (marchew, ananas kons., słonecznik) 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 SZYNKA KONSERWOWA 30g , Zawiera: ; TWARÓG Z KOPERKIEM (twaróg półtłusty, koper, jogurt naturalny) 40g , Zawiera: MLE; SAŁATA Z SOSEM VINEGRET 50g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
II Śniadanie: SAŁATKA JARZYNOWA (marchew, seler, groszek, ziemniaki, jog. nat.) 100g , Zawiera: MLE; 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: SOK WIELOWARZYWNY 1szt , Zawiera: ;	Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY (mleko, kultury bakterii) 1szt , Zawiera: MLE;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2406.94 kcal; Białko ogółem: 97.96 g; Tłuszcz: 84.70 g; Węglowodany ogółem: 333.50 g; Sól: 5.06 g; cukry proste: 88.94 g; NKT: 36.44 g; Błonnik pokarmowy: 37.20 g;		

Oddział: Szpital MSWiA położnictwo		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2026-10-27		
Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-podst. (pol/gin)		
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA SZYŃKÓWKA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; SER ŻÓŁTY 30g , Zawiera: MLE; JABŁKO (1 szt.) 164g , Zawiera: ; ROSZPONKA 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; PŁATKI ŻYTNIE (mleko 2%, płatki żytnie) 300g , Zawiera: MLE;	ZUPA KOPERKOWA JARSKA (seler, pietruszka, marchew, ziemniaki, koper, mąka pszenna) 350g , Zawiera: GLU, SEL; SCHAB DUSZONY (schab, liść laurowy, pieprz, sól) 100g , Zawiera: ; ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 250g , Zawiera: ; SURÓWKA: KAPUSTA CZERWONA Z MARCHEWKĄ I PESTKAMI DYNI (kapusta czerwona, marchew, pestki dyni, olej rzepakowy) 150g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ; SOS WŁASNY 100g , Zawiera: GLU; Podwieczorek: SAŁATKA KUSKUS perłowy Z BURAKIEM, OGÓRKIEM I RUKOLĄ (kuskus perłowy, buraczki, ogórek, rukola, olej rzepakowy, ziola) 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; PASTA JAJECZNA z KOPERKIEM (jajko got. mielone, jogurt naturalny, koper) 40g , Zawiera: JAJ, MLE; WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g , Zawiera: ; SURÓWKA: SELER Z MARCHEWKĄ (seler, marchew, olej rzepakowy, natka pietruszki) 100g , Zawiera: SEL; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ; Posiłek nocny: WAFLE ORKISZOWE 35g , Zawiera: ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2194.68 kcal; Białko ogółem: 104.79 g; Tłuszcz: 76.55 g; Węglowodany ogółem: 286.55 g; Sól: 11.85 g; cukry proste: 53.73 g; NKT: 32.01 g; Błonnik pokarmowy: 33.33 g;		
wtorek 2026-10-27		
Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-łatwostrawna (pol/gin)		
PIECZYWO PSZENNE (4 kromki: mąka pszenna, woda, zakwas) 145g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; SEREK ZIOŁOWY 40g , Zawiera: MLE; WĘDLINA SZYŃKÓWKA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; JABŁKO (1 szt.) 164g , Zawiera: ; ROSZPONKA 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; PŁATKI ŻYTNIE (mleko 2%, płatki żytnie) 300g , Zawiera: MLE;	ZUPA KOPERKOWA JARSKA (seler, pietruszka, marchew, ziemniaki, koper, mąka pszenna) 350g , Zawiera: GLU, SEL; SCHAB DUSZONY (schab, liść laurowy, pieprz, sól) 100g , Zawiera: ; SOS WŁASNY 100g , Zawiera: GLU; ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 250g , Zawiera: ; FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA 150g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ; Podwieczorek: SAŁATKA KUSKUS perłowy Z BURAKIEM, OGÓRKIEM I RUKOLĄ (kuskus perłowy, buraczki, ogórek, rukola, olej rzepakowy, ziola) 100g , Zawiera: GLU;	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g , Zawiera: ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; PASTA JAJECZNA z KOPERKIEM (jajko got. mielone, jogurt naturalny, koper) 40g , Zawiera: JAJ, MLE; WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g , Zawiera: ; SURÓWKA: SELER Z MARCHEWKĄ (seler, marchew, olej rzepakowy, natka pietruszki) 100g , Zawiera: SEL; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ; Posiłek nocny: WAFLE ORKISZOWE 35g , Zawiera: ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2315.36 kcal; Białko ogółem: 107.90 g; Tłuszcz: 74.56 g; Węglowodany ogółem: 316.11 g; Sól: 12.56 g; cukry proste: 47.67 g; NKT: 33.75 g; Błonnik pokarmowy: 29.24 g;		
wtorek 2026-10-27		
Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-ogr węgl. (pol/gin)		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g , Zawiera: MLE; SER ŻÓŁTY 30g , Zawiera: MLE; PAPRYKA ŚWIEŻA 80g , Zawiera: ; ROSZPONKA 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; PŁATKI ŻYTNIE (mleko 2%, płatki żytnie) 300g , Zawiera: MLE;	ZUPA KOPERKOWA JARSKA (seler, pietruszka, marchew, ziemniaki, koper, mąka pszenna) 350g , Zawiera: GLU, SEL; SCHAB DUSZONY (schab, liść laurowy, pieprz, sól) 100g , Zawiera: ; ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 250g , Zawiera: ; SURÓWKA: KAPUSTA CZERWONA Z MARCHEWKĄ I PESTKAMI DYNI (kapusta czerwona, marchew, pestki dyni, olej rzepakowy) 75g , Zawiera: ; FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA 75g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ; SOS WŁASNY 100g , Zawiera: GLU; Podwieczorek: SAŁATKA KUSKUS perłowy Z BURAKIEM, OGÓRKIEM I RUKOLĄ (kuskus perłowy, buraczki, ogórek, rukola, olej rzepakowy, ziola) 100g , Zawiera: GLU;	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; PASTA JAJECZNA z KOPERKIEM (jajko got. mielone, jogurt naturalny, koper) 40g , Zawiera: JAJ, MLE; WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g , Zawiera: ; SURÓWKA: SELER Z MARCHEWKĄ (seler, marchew, olej rzepakowy, natka pietruszki) 100g , Zawiera: SEL; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ; Posiłek nocny: WAFLE ORKISZOWE 35g , Zawiera: ;
II Śniadanie: WĘDLINA SZYŃKÓWKA 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: ;		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2150.90 kcal; Białko ogółem: 104.59 g; Tłuszcz: 77.79 g; Węglowodany ogółem: 275.66 g; Sól: 11.95 g; cukry proste: 45.82 g; NKT: 34.36 g; Błonnik pokarmowy: 37.93 g;		

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital MSWiA położnictwo		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2026-10-28Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-podst. (pol/gin)		
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 HUMMUS (cieciorka, oliwa, czosnek, sok z cytryny, koncentrat pom.) 40g , Zawiera: ; MUS WIELOWARZYNOWY 100g , Zawiera: ; RUKOLA 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; KASZA JĘCZMIENNA NA MLEKU 300ml , Zawiera: GLU, MLE;	ZUPA BURACZKOWA JARSKA z ziemniakami (barszcz, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 350g , Zawiera: GLU, SEL; KOTLET MIELONY WIEPRZOWY Z CEBULKĄ smażony (łopatka wieprz., bułka tarta, jaja, cebula) 150g , Zawiera: GLU, JAJ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; SAŁATKA GRECKA (sałata, ser sałatkowy, pomidor, ogórek, oliwa, pieprz, ziola suszone) 150g , Zawiera: MLE; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ; Podwieczorek: JOGURT OWOCOWY (mleko, kultury bakterii, owoce) 1szt , Zawiera: MLE;	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 WIEPRZOWA wędzona 30g , Zawiera: ; POMIDOR KROJONY 100g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ; Posiłek nocny: SEREK HOMOGENIZOWANY (ser twarogowy odtłuszczony, śmietanka) 140g , Zawiera: MLE;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2575.57 kcal; Białko ogółem: 122.47 g; Tłuszcz: 114.90 g; Węglowodany ogółem: 274.34 g; Sól: 5.85 g; cukry proste: 62.66 g; NKT: 37.85 g; Błonnik pokarmowy: 27.57 g;		
środa 2026-10-28Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-łatwostrawna (pol/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 SUCHA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; MUS WIELOWARZYNOWY 100g , Zawiera: ; RUKOLA 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; KASZA JĘCZMIENNA NA MLEKU 300ml , Zawiera: GLU, MLE;	ZUPA BURACZKOWA JARSKA z ziemniakami (barszcz, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 350g , Zawiera: GLU, SEL; PULPETY WIEPRZOWE gotowane (mięso wieprzowe, jaja, bułka tarta, mleko) 100g , Zawiera: GLU, JAJ, MLE; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; SOS POMIDOROWY (koncentrat pom., mąka pszenna) 100g , Zawiera: GLU; SAŁATKA GRECKA (sałata, ser sałatkowy, pomidor, ogórek, oliwa, pieprz, ziola suszone) 150g , Zawiera: MLE; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ; Podwieczorek: JOGURT OWOCOWY (mleko, kultury bakterii, owoce) 1szt , Zawiera: MLE;	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; POMIDOR KROJONY 100g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ; Posiłek nocny: SEREK HOMOGENIZOWANY (ser twarogowy odtłuszczony, śmietanka) 140g , Zawiera: MLE;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2443.34 kcal; Białko ogółem: 122.40 g; Tłuszcz: 93.33 g; Węglowodany ogółem: 290.00 g; Sól: 6.65 g; cukry proste: 62.06 g; NKT: 36.42 g; Błonnik pokarmowy: 20.75 g;		
środa 2026-10-28Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-ogr węgl. (pol/gin)		
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA SUCHA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; RZODKIEWKA 80g , Zawiera: ; RUKOLA 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; KASZA JĘCZMIENNA NA MLEKU 300ml , Zawiera: GLU, MLE; II Śniadanie: PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g , Zawiera: MLE; PASTA HUMMUS (cieciorka, oliwa, czosnek, sok z cytryny, koncentrat pom.) 40g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;	ZUPA BURACZKOWA JARSKA z ziemniakami (barszcz, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 350g , Zawiera: GLU, SEL; KOTLET MIELONY WIEPRZOWY Z CEBULKĄ smażony (łopatka wieprz., bułka tarta, jaja, cebula) 150g , Zawiera: GLU, JAJ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; SAŁATKA GRECKA (sałata, ser sałatkowy, pomidor, ogórek, oliwa, pieprz, ziola suszone) 75g , Zawiera: MLE; BROKUŁ GOTOWANY 75g , Zawiera: ; Podwieczorek: JOGURT NATURALNY (mleko, kultury bakterii) 1szt , Zawiera: MLE;	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; MOZZARELLA (ser) 40g , Zawiera: MLE; WĘDLINA WIEPRZOWA wędzona 30g , Zawiera: ; POMIDOR KROJONY 100g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ; Posiłek nocny: SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 140g , Zawiera: MLE;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2541.10 kcal; Białko ogółem: 123.21 g; Tłuszcz: 119.30 g; Węglowodany ogółem: 261.84 g; Sól: 5.64 g; cukry proste: 63.46 g; NKT: 41.97 g; Błonnik pokarmowy: 33.38 g;		

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital MSWiA położnictwo		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2026-10-29Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-podst. (pol/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: ; SEREK KANAPKOWY TWAROGOWY (ser twarogowy, sól) 40g , Zawiera: MLE; OGÓREK ŚWIEŻY KROJONY 80g , Zawiera: ; SZPINAK ŚWIEŻY 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; PŁATKI ORKISZOWE (mleko2%, płatki orkiszowe) 300g , Zawiera: GLU, MLE;	ZUPA KALAFIOROWA JARSKA (kalafior, ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 350g , Zawiera: GLU, MLE, SEL; UDZIEC TRYBOWANY (udko z kurczaka) 120g , Zawiera: ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; SURÓWKA: PEKINKA Z KOPERKIEM (kapusta pekińska, koperek, olej rzepakowy) 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; SER TOPIONY (plastry) 40g , Zawiera: ; WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; SAŁATKA Z BURAKA NA RUKOLI (rukola, burak, słonecznik, ser fawita) 100g , 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: 2267.88 kcal; Białko ogółem: 89.36 g; Tłuszcz: 108.85 g; Węglowodany ogółem: 248.39 g; Sól: 6.70 g; cukry proste: 44.16 g; NKT: 46.71 g; Błonnik pokarmowy: 29.40 g;		
czwartek 2026-10-29Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-łatwostrawna (pol/gin)		
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g , Zawiera: ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA OGONÓWKA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; SEREK KANAPKOWY TWAROGOWY (ser twarogowy, sól) 40g , Zawiera: MLE; SZPINAK ŚWIEŻY 20g , Zawiera: ; POMARAŃCZA (1/2 szt.) 120g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; PŁATKI ORKISZOWE (mleko2%, płatki orkiszowe) 300g , Zawiera: GLU, MLE;	ZUPA KALAFIOROWA JARSKA (kalafior, ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 350g , Zawiera: GLU, MLE, SEL; UDZIEC TRYBOWANY (udko z kurczaka) 120g , Zawiera: ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; SOS PIECZENIOWY (sos własny, mąka pszenna) 100g , Zawiera: GLU; SURÓWKA: PEKINKA Z KOPERKIEM (kapusta pekińska, koperek, 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; WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; SER TOPIONY (plastry) 40g , Zawiera: ; SAŁATKA Z BURAKA NA RUKOLI (rukola, burak, słonecznik, ser fawita) 100g , 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: 2381.07 kcal; Białko ogółem: 92.38 g; Tłuszcz: 108.90 g; Węglowodany ogółem: 271.45 g; Sól: 6.55 g; cukry proste: 48.38 g; NKT: 46.78 g; Błonnik pokarmowy: 25.76 g;		
czwartek 2026-10-29Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-ogr węgl. (pol/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: ; OGÓREK ŚWIEŻY KROJONY 80g , Zawiera: ; SZPINAK ŚWIEŻY 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; PŁATKI ORKISZOWE (mleko2%, płatki orkiszowe) 300g , Zawiera: GLU, MLE; II Śniadanie: SEREK KANAPKOWY TWAROGOWY (ser twarogowy, sól) 40g , Zawiera: MLE; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g , Zawiera: MLE; PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g , Zawiera: GLU; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;	ZUPA KALAFIOROWA JARSKA (kalafior, ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 350g , Zawiera: GLU, MLE, SEL; UDZIEC TRYBOWANY (udko z kurczaka) 120g , Zawiera: ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; CUKINIA DUSZONA 75g , Zawiera: ; SURÓWKA: PEKINKA Z KOPERKIEM (kapusta pekińska, koperek, olej rzepakowy) 75g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ; Podwieczorek: JOGURT NATURALNY (mleko, kultury bakterii) 1szt , Zawiera: MLE;	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; SER TOPIONY (plastry) 40g , Zawiera: ; WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; SAŁATKA Z BURAKA NA RUKOLI (rukola, burak, słonecznik, ser fawita) 100g , Zawiera: MLE; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ; Posiłek nocny: PRZEKĄSKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g , Zawiera: ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2228.07 kcal; Białko ogółem: 89.02 g; Tłuszcz: 105.81 g; Węglowodany ogółem: 248.29 g; Sól: 6.83 g; cukry proste: 47.59 g; NKT: 48.89 g; Błonnik pokarmowy: 34.46 g;		

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital MSWiA położnictwo		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2026-10-30 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 POŁĘDWICA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; JABŁKO (1 szt.) 150g , Zawiera: ; SAŁATA 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; KASZA JAGLANA (MLEKO 2% tł., kasza jaglana) 300g , Zawiera: MLE;	ZUPA JARZYNOWA JARSKA, Z ZIEMNIAKAMI (groszek, seler, pietruszka, marchew, por, ziemniaki, mąka pszenna) 350g , Zawiera: GLU, SEL; MAKARON Z TWAROGIEM I SOSEM TRUSKAWKOWYM (makaron z pszenicy durum, twaróg półtłusty, truskawki) 300g , Zawiera: GLU, MLE; SOK Z BURAKA 1szt , 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; SAŁATKA: BROKUŁ Z JAJKIEM BEZML. 150g , Zawiera: JAJ; WĘDLINA Z INDYKA 30g , Zawiera: ; KIEŁKI 20g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
Podwieczorek: WAFLE ORKISZOWE 35g , Zawiera: ;		Posiłek nocny: SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 150g , Zawiera: ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2214.38 kcal; Białko ogółem: 107.54 g; Tłuszcz: 72.33 g; Węglowodany ogółem: 295.07 g; Sól: 6.67 g; cukry proste: 80.03 g; NKT: 32.06 g; Błonnik pokarmowy: 25.72 g;		
piątek 2026-10-30 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 BEZMLECZNA (tuńczyk, koper, ogórek kiszony) 40g , Zawiera: ; WĘDLINA POŁĘDWICA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; SAŁATA 20g , Zawiera: ; JABŁKO (1 szt.) 150g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; KASZA JAGLANA (MLEKO 2% tł., kasza jaglana) 300g , Zawiera: MLE;	ZUPA JARZYNOWA JARSKA, Z ZIEMNIAKAMI (groszek, seler, pietruszka, marchew, por, ziemniaki, mąka pszenna) 350g , Zawiera: GLU, SEL; MAKARON Z TWAROGIEM I SOSEM TRUSKAWKOWYM (makaron z pszenicy durum, twaróg półtłusty, truskawki) 300g , Zawiera: GLU, MLE; SOK Z BURAKA 1szt , 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: ; SAŁATKA: BROKUŁ Z JAJKIEM BEZML. 150g , Zawiera: JAJ; KIEŁKI 20g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
Podwieczorek: WAFLE ORKISZOWE 35g , Zawiera: ;		Posiłek nocny: SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 150g , Zawiera: ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2179.64 kcal; Białko ogółem: 109.28 g; Tłuszcz: 66.02 g; Węglowodany ogółem: 296.02 g; Sól: 6.58 g; cukry proste: 77.71 g; NKT: 31.69 g; Błonnik pokarmowy: 20.42 g;		
piątek 2026-10-30 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: ; RZODKIEWKA 80g , Zawiera: ; SAŁATA 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; KASZA JAGLANA (MLEKO 2% tł., kasza jaglana) 300g , Zawiera: MLE;	ZUPA JARZYNOWA JARSKA, Z ZIEMNIAKAMI (groszek, seler, pietruszka, marchew, por, ziemniaki, mąka pszenna) 350g , Zawiera: GLU, SEL; MAKARON Z TWAROGIEM I SOSEM TRUSKAWKOWYM (makaron z pszenicy durum, twaróg półtłusty, truskawki) 300g , Zawiera: GLU, MLE; SOK Z BURAKA 1szt , 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; SAŁATKA: BROKUŁ Z JAJKIEM BEZML. 150g , Zawiera: JAJ; WĘDLINA Z INDYKA 30g , Zawiera: ; KIEŁKI 20g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
II Śniadanie: WĘDLINA POŁĘDWICA 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: WAFLE ORKISZOWE 35g , Zawiera: ;	Posiłek nocny: SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 150g , Zawiera: ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2196.85 kcal; Białko ogółem: 107.26 g; Tłuszcz: 76.55 g; Węglowodany ogółem: 284.47 g; Sól: 6.83 g; cukry proste: 73.11 g; NKT: 34.78 g; Błonnik pokarmowy: 30.94 g;		

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital MSWiA położnictwo		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2026-10-31Jadłospis 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: ; PASTA JAJECZNA (jaja, majonez, szczypiorek) 40g , Zawiera: JAJ; MUS OWOCOWY (tubka) 100g , Zawiera: ; ROSZPONKA 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; KASZA JĘCZMIENNA NA MLEKU 300ml , Zawiera: GLU, MLE;	ZUPA Z FASOLKĄ SZPARAGOWĄ JARSKA (fasolka szp.,seler, pietruszka,marchew,ziemniaki,mąka pszenna) 350g , Zawiera: GLU, SEL; ZRAZY ZE SCHABU Z WARZYWAMI duszony (schab, cukinia, pieczarki, mąka pszenna) 150g , Zawiera: GLU; BURACZKI TARTE gotowane (buraki, olej) 150g , Zawiera: ; SOS WŁASNY 100g , Zawiera: GLU; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ; Podwieczorek: KRAKERSY (mąka pszenna, sól) 20g , Zawiera: GLU, JAJ;	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; TWARÓG 40g , Zawiera: MLE; WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA 30g , Zawiera: ; OGÓREK KISZONY Z RZODKIEWKĄ I KOPERKIEM 100g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ; Posiłek nocny: SOK OWOCOWY PRZECIEROWY 1szt , Zawiera: ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2324.29 kcal; Białko ogółem: 98.39 g; Tłuszcz: 85.42 g; Węglowodany ogółem: 299.82 g; Sól: 5.96 g; cukry proste: 39.38 g; NKT: 28.95 g; Błonnik pokarmowy: 31.89 g;		
sobota 2026-10-31Jadłospis 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: ; PASTA JAJECZNA (jaja, szczypiorek) 40g , Zawiera: JAJ; ROSZPONKA 20g , Zawiera: ; MUS OWOCOWY (tubka) 100g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; KASZA JĘCZMIENNA NA MLEKU 300ml , Zawiera: GLU, MLE;	ZUPA Z FASOLKĄ SZPARAGOWĄ JARSKA (fasolka szp.,seler, pietruszka,marchew,ziemniaki,mąka pszenna) 350g , Zawiera: GLU, SEL; ZRAZY ZE SCHABU Z WARZYWAMI duszony (schab, cukinia, pieczarki, mąka pszenna) 150g , Zawiera: GLU; BURACZKI TARTE gotowane (buraki, olej) 150g , Zawiera: ; SOS WŁASNY 100g , Zawiera: GLU; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ; Podwieczorek: KRAKERSY (mąka pszenna, sól) 20g , Zawiera: GLU, JAJ;	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g , Zawiera: ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA 30g , Zawiera: ; TWARÓG 40g , Zawiera: MLE; PASTA Z ZIELONYCH WARZYW 100g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ; Posiłek nocny: SOK OWOCOWY PRZECIEROWY 1szt , Zawiera: ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2254.98 kcal; Białko ogółem: 102.13 g; Tłuszcz: 73.73 g; Węglowodany ogółem: 302.33 g; Sól: 4.94 g; cukry proste: 38.85 g; NKT: 28.54 g; Błonnik pokarmowy: 27.05 g;		
sobota 2026-10-31Jadłospis 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 SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g , Zawiera: ; PAPRYKA ŚWIEŻA 80g , Zawiera: ; ROSZPONKA 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; KASZA JĘCZMIENNA NA MLEKU 300ml , Zawiera: GLU, MLE; II Śniadanie: PASTA JAJECZNA (jaja, szczypiorek) 40g , 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: ;	ZUPA Z FASOLKĄ SZPARAGOWĄ JARSKA (fasolka szp.,seler, pietruszka,marchew,ziemniaki,mąka pszenna) 350g , Zawiera: GLU, SEL; ZRAZY ZE SCHABU Z WARZYWAMI duszony (schab, cukinia, pieczarki, mąka pszenna) 150g , Zawiera: GLU; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; SOS WŁASNY 100g , Zawiera: GLU; BURACZKI TARTE gotowane (buraki, olej) 75g , Zawiera: ; OGÓREK KONSERWOWY 75g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ; Podwieczorek: KRAKERSY (mąka pszenna, sól) 20g , Zawiera: GLU, JAJ;	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; TWARÓG 40g , Zawiera: MLE; WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA 30g , Zawiera: ; OGÓREK KISZONY Z RZODKIEWKĄ I KOPERKIEM 100g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ; Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY 1szt , Zawiera: ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.02 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 77.56 g; Węglowodany ogółem: 277.89 g; Sól: 7.88 g; cukry proste: 51.36 g; NKT: 31.39 g; Błonnik pokarmowy: 35.02 g;		

Dietetyk

.....