Fundacja Pro Omnis Jarużyńska 9, 85-790, Bydgoszcz

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital MSWiA

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2026-11-01	**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 SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; PASTA Z WĘDZONEJ MAKRELI 40g , Zawiera: RYB, MLE; BANAN (1 szt.) 120g , Zawiera: ; RUKOLA 20g , Zawiera: ; KAKAO (mleko 2% tł., kakao naturalne) 250ml , Zawiera: MLE; PŁATKI ŻYTNIE (mleko 2%, płatki żytnie) 300g , Zawiera: MLE;	K.B. ZUPA ROSÓŁ Z KASZKĄ MANNĄ (mięso drobiowe, kasza manna) 350ml , Zawiera: GLU; BITKI WIEPRZOWE duszone (schab, mąka pszenna, olej) 100g , Zawiera: GLU; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; ZIELONE WARZYWA GOTOWANE (fasolka, brokuł, groszek) 150g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ; SOS WŁASNY 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 HUMMUS (cieciorka, oliwa, czosnek, sok z cytryny, koncentrat pom.) 40g , Zawiera: ; WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g , Zawiera: ; POMIDOR KROJONY 100g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
	Podwieczorek: KEFIR 200.0ml , Zawiera: MLE;	Posiłek nocny: PRZEKĄSKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g , Zawiera: ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2199.15 kcal; Białko ogółem: 122.04 g; Tłuszcz: 67.77 g; Węglowodany ogółem: 289.75 g; Sól: 11.75 g; cukry proste: 63.92 g; NKT: 29.66 g; Błonnik pokarmowy: 31.21 g;		
niedziela 2026-11-01	**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 SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; PASTA Z GOTOWANEJ RYBY Z WARZYWAMI (ryba, seler, marchew) 40g , Zawiera: RYB; RUKOLA 20g , Zawiera: ; BANAN (1 szt.) 120g , Zawiera: ; KAKAO (mleko 2% tł., kakao naturalne) 250ml , Zawiera: MLE; PŁATKI ŻYTNIE (mleko 2%, płatki żytnie) 300g , Zawiera: MLE;	K.B. ZUPA ROSÓŁ Z KASZKĄ MANNĄ (mięso drobiowe, kasza manna) 350ml , Zawiera: GLU; BITKI WIEPRZOWE duszone (schab, mąka pszenna, olej) 100g , Zawiera: GLU; SOS WŁASNY 100g , Zawiera: GLU; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; ZIELONE WARZYWA GOTOWANE (fasolka, brokuł, groszek) 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: ; MIÓD (20 g) 30g , Zawiera: ; POMIDOR KROJONY 100g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
	Podwieczorek: KEFIR 200.0ml , Zawiera: MLE;	Posiłek nocny: PRZEKĄSKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g , Zawiera: ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2237.80 kcal; Białko ogółem: 120.05 g; Tłuszcz: 63.44 g; Węglowodany ogółem: 308.36 g; Sól: 11.00 g; cukry proste: 62.82 g; NKT: 28.81 g; Błonnik pokarmowy: 25.12 g;		
niedziela 2026-11-01	**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 SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; OGÓREK KONSERWOWY 80g , Zawiera: ; RUKOLA 20g , Zawiera: ; KAKAO (mleko 2% tł., kakao naturalne) 250ml , Zawiera: MLE; PŁATKI ŻYTNIE (mleko 2%, płatki żytnie) 300g , Zawiera: MLE;	K.B. ZUPA ROSÓŁ Z KASZKĄ MANNĄ (mięso drobiowe, kasza manna) 350ml , Zawiera: GLU; BITKI WIEPRZOWE duszone (schab, mąka pszenna, olej) 100g , Zawiera: GLU; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; SAŁATA Z SOSEM VINEGRET 75g , Zawiera: ; ZIELONE WARZYWA GOTOWANE (fasolka, brokuł, groszek) 75g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ; SOS WŁASNY 100g , Zawiera: GLU;	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; PASTA HUMMUS (cieciorka, oliwa, czosnek, sok z cytryny, koncentrat pom.) 40g , Zawiera: ; WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g , Zawiera: ; POMIDOR KROJONY 100g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
II Śniadanie: PASTA Z WĘDZONEJ MAKRELI 40g , Zawiera: RYB, 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: KEFIR 200.0ml , Zawiera: MLE;	Posiłek nocny: PRZEKĄSKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g , Zawiera: ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2221.42 kcal; Białko ogółem: 118.12 g; Tłuszcz: 81.96 g; Węglowodany ogółem: 268.32 g; Sól: 12.90 g; cukry proste: 53.93 g; NKT: 32.90 g; Błonnik pokarmowy: 32.89 g;		

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital MSWiA

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny

poniedziałek 2026-11-02 **Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-podst. (poł/gin)**

PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA SZYNKA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; SEREK ZIOŁOWY 40g , Zawiera: MLE; KIWI (1 szt.) 75g , Zawiera: ; ROSZPONKA 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; OWSIANKA (mleko 2% tł., płatki owsiane) 300g , Zawiera: GLU, MLE;	ZUPA PIECZARKOWA Z MAKARONEM bezml (włoszczyzna, pieczarki, mąka pszenna, makaron z pszenicy durum) 350g , Zawiera: GLU, SEL; FILET DROBIOWY DUSZONY 100g , Zawiera: ; SOS CYTRYNOWY 100ml , Zawiera: GLU, MLE; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; SURÓWKA: MARCHEW Z SELEREM I JOGURTEM (marchew, seler, jogurt naturalny) 150g , Zawiera: MLE, SEL; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ;	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA POLĘDWICA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; SZYNKA PO RUSKU W GALARECIE 100g , Zawiera: ; MIESZANKA SAŁAT (rukola, roszponka, sałata lodowa) 50g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
	Podwieczorek: SAŁATKA: MAKARON KOKARDKA Z FASOLĄ I WARZYWAMI (makaron, fasolka czerwona, papryka św., ogórek św., oliwa, natka) 150g , Zawiera: GLU;	Posiłek nocny: CIASTECZKA OWSIANE Z ŻURAWINĄ (płatki owsiane, jaja, żurawina) 30g , Zawiera: GLU, JAJ, MLE;

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2646.69 kcal; Białko ogółem: 127.24 g; Tłuszcz: 97.66 g; Węglowodany ogółem: 332.69 g; Sól: 11.68 g; cukry proste: 55.90 g; NKT: 39.27 g; Błonnik pokarmowy: 40.90 g;

poniedziałek 2026-11-02 **Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-łatwostrawna (poł/gin)**

PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g , Zawiera: ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA SZYNKA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; SEREK ZIOŁOWY 40g , Zawiera: MLE; ROSZPONKA 20g , Zawiera: ; KIWI (1 szt.) 75g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; OWSIANKA (mleko 2% tł., płatki owsiane) 300g , Zawiera: GLU, MLE;	ZUPA KOPERKOWA JARSKA (seler, pietruszka, marchew, ziemniaki, koper, mąka pszenna) 350g , Zawiera: GLU, SEL; FILET DROBIOWY DUSZONY 100g , Zawiera: ; SOS CYTRYNOWY 100ml , Zawiera: GLU, MLE; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; SURÓWKA: MARCHEW Z SELEREM I JOGURTEM (marchew, seler, jogurt naturalny) 150g , Zawiera: MLE, SEL; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ;	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g , Zawiera: ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA POLĘDWICA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; SZYNKA PO RUSKU W GALARECIE 100g , Zawiera: ; MIESZANKA SAŁAT (rukola, roszponka, sałata lodowa) 50g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
	Podwieczorek: SAŁATKA: MAKARON KOKARDKA Z FASOLĄ I WARZYWAMI (makaron, fasolka czerwona, papryka św., ogórek św., oliwa, natka) 150g , Zawiera: GLU;	Posiłek nocny: CIASTECZKA OWSIANE Z ŻURAWINĄ (płatki owsiane, jaja, żurawina) 30g , Zawiera: GLU, JAJ, MLE;

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2612.69 kcal; Białko ogółem: 125.47 g; Tłuszcz: 96.88 g; Węglowodany ogółem: 324.51 g; Sól: 10.91 g; cukry proste: 53.98 g; NKT: 39.21 g; Błonnik pokarmowy: 34.84 g;

poniedziałek 2026-11-02 **Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-ogr węgl. (poł/gin)**

PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 50g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g , Zawiera: MLE; WĘDLINA SZYNKA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; OGÓREK KISZONY KROJONY 80g , Zawiera: ; ROSZPONKA 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; OWSIANKA (mleko 2% tł., płatki owsiane) 300g , Zawiera: GLU, MLE;	ZUPA PIECZARKOWA Z MAKARONEM bezml (włoszczyzna, pieczarki, mąka pszenna, makaron z pszenicy durum) 350g , Zawiera: GLU, SEL; FILET DROBIOWY DUSZONY 100g , Zawiera: ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; SOS CYTRYNOWY 100ml , Zawiera: GLU, MLE; KALAFIOR GOTOWANY 75g , Zawiera: ; SURÓWKA: MARCHEW Z SELEREM I JOGURTEM (marchew, seler, jogurt naturalny) 75g , Zawiera: MLE, SEL; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ;	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA POLĘDWICA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; SZYNKA PO RUSKU W GALARECIE 100g , Zawiera: ; MIESZANKA SAŁAT (rukola, roszponka, sałata lodowa) 50g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
II Śniadanie: SEREK ZIOŁOWY 40g , Zawiera: MLE; PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 40g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g , Zawiera: MLE; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;	Podwieczorek: SAŁATKA: MAKARON KOKARDKA Z FASOLĄ I WARZYWAMI (makaron, fasolka czerwona, papryka św., ogórek św., oliwa, natka) 150g , Zawiera: GLU;	Posiłek nocny: CIASTECZKA OWSIANE (płatki owsiane, mąka pszenna, jaja, sól) 30g , Zawiera: GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ;

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2586.01 kcal; Białko ogółem: 125.36 g; Tłuszcz: 100.15 g; Węglowodany ogółem: 315.03 g; Sól: 12.99 g; cukry proste: 47.64 g; NKT: 40.54 g; Błonnik pokarmowy: 42.84 g;

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital MSWiA

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2026-11-03	**Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-podst. (poł/gin)**	
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA OGONÓWKA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; RYBA PO GRECKU (dorsz, marchew, seler, pietruszka, sos pomidorowy) 100g , Zawiera: RYB, SEL; MUS WIELOWARZYWNY (1 szt) 100g , Zawiera: ; SAŁATA 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; KASZA JĘCZMIENNA NA MLEKU 300ml , Zawiera: GLU, MLE;	ZUPA OGÓRKOWA JARSKA (ogórek kiszony, ziemniak, marchew, seler, pietruszka) 350g , Zawiera: SEL; PIEROGI LENIWE gotowane (twaróg półtłusty, mąka pszenna, ziemniaki, olej rzepakowy, skrobia ziemn., sól) 300g , Zawiera: ; SOS JOGURTOWO-CYNAMONOWY (jogurt) 100g , Zawiera: MLE; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ; SOK WIELOWARZYWNY 1szt , 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 Z SZYNKĄ 40g , Zawiera: MLE; WĘDLINA POLĘDWICA Z INDYKA 30g , Zawiera: ; POMIDOR KROJONY 100g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
	Podwieczorek: SAŁATKA GRECKA (sałata, ser sałatkowy, pomidor, ogórek, oliwa, pieprz, zioła suszone) 150g , Zawiera: MLE;	Posiłek nocny: JOGURT OWOCOWY (mleko, kultury bakterii, owoce) 1szt , Zawiera: MLE;

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 2026-11-03	**Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-łatwostrawna (poł/gin)**	
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g , Zawiera: ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA OGONÓWKA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; RYBA PO GRECKU (dorsz, marchew, seler, pietruszka, sos pomidorowy) 100g , Zawiera: RYB, SEL; SAŁATA 20g , Zawiera: ; MUS WIELOWARZYWNY (1 szt) 100g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; KASZA JĘCZMIENNA NA MLEKU 300ml , Zawiera: GLU, MLE;	ZUPA BROKUŁOWA JARSKA (brokuł, marchew, seler, pietruszka, ziemniaki) 350g , Zawiera: SEL; PIEROGI LENIWE gotowane (twaróg półtłusty, mąka pszenna, ziemniaki, olej rzepakowy, skrobia ziemn., sól) 300g , Zawiera: ; SOK WIELOWARZYWNY 1szt , Zawiera: ; SOS JOGURTOWO-CYNAMONOWY (jogurt) 100g , Zawiera: MLE; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ;	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g , Zawiera: ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA POLĘDWICA Z INDYKA 30g , Zawiera: ; SER TOPIONY Z SZYNKĄ 40g , Zawiera: MLE; POMIDOR KROJONY 100g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
	Podwieczorek: SAŁATKA GRECKA (sałata, ser sałatkowy, pomidor, ogórek, oliwa, pieprz, zioła suszone) 150g , Zawiera: MLE;	Posiłek nocny: JOGURT OWOCOWY (mleko, kultury bakterii, owoce) 1szt , Zawiera: MLE;

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 2026-11-03	**Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-ogr węgl. (poł/gin)**	
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g , Zawiera: MLE; WĘDLINA OGONÓWKA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; MUS WIELOWARZYWNY (1 szt) 100g , Zawiera: ; SAŁATA 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; KASZA JĘCZMIENNA NA MLEKU 300ml , Zawiera: GLU, MLE;	ZUPA OGÓRKOWA JARSKA (ogórek kiszony, ziemniak, marchew, seler, pietruszka) 350g , Zawiera: SEL; PIEROGI LENIWE gotowane (twaróg półtłusty, mąka pszenna, ziemniaki, olej rzepakowy, skrobia ziemn., sól) 200g , Zawiera: ; SOK WIELOWARZYWNY 1szt , Zawiera: ; SOS JOGURTOWO-CYNAMONOWY (jogurt) 100g , Zawiera: MLE; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ;	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; SER TOPIONY Z SZYNKĄ 40g , Zawiera: MLE; WĘDLINA POLĘDWICA Z INDYKA 30g , Zawiera: ; POMIDOR KROJONY 100g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
II Śniadanie: RYBA PO GRECKU (dorsz, marchew, seler, pietruszka, sos pomidorowy) 100g , Zawiera: RYB, SEL; 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: SAŁATKA GRECKA (sałata, ser sałatkowy, pomidor, ogórek, oliwa, pieprz, zioła suszone) 150g , Zawiera: MLE;	Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY (mleko, kultury bakterii) 1szt , Zawiera: MLE;

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2508.00 kcal; Białko ogółem: 111.05 g; Tłuszcz: 110.02 g; Węglowodany ogółem: 283.40 g; Sól: 7.13 g; cukry proste: 92.93 g; NKT: 51.48 g; Błonnik pokarmowy: 30.27 g;

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital MSWiA

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2026-11-04	**Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-podst. (poł/gin)**	
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA 30g , Zawiera: ; MOZZARELLA (ser) 40g , Zawiera: MLE; ŚLIWKA 100g , Zawiera: ; RUKOLA 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 BIAŁYCH WARZYW JARSKA (ziemniak, seler, kalafior, m.pszenna) 350g , Zawiera: ; PAPRYKA FASZEROWANA (papryka, mięso wieprzowe, cukinia, ryż, ser) 200g , Zawiera: ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; SURÓWKA: POR Z JABŁKIEM I KUKURYDZĄ (por, jabłko, kukurydza, olej rzepakowy, natka) 150g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ; SOS POMIDOROWY (koncentrat pom., mąka pszenna) 100g , Zawiera: GLU;	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; PASTA DROBIOWO-WARZYWNA B/ML 40g , Zawiera: SEL; WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g , Zawiera: ; SAŁATA Z SOSEM VINEGRET 50g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
	Podwieczorek: KISIEL CYTRYNOWY Z JABŁKIEM (kisiel proszek, jabłko) 200g , Zawiera: ;	Posiłek nocny: SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 200g , Zawiera: ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2527.74 kcal; Białko ogółem: 117.32 g; Tłuszcz: 91.19 g; Węglowodany ogółem: 330.86 g; Sól: 11.31 g; cukry proste: 84.52 g; NKT: 33.36 g; Błonnik pokarmowy: 37.55 g;		
środa 2026-11-04	**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: ; MOZZARELLA (ser) 40g , Zawiera: MLE; RUKOLA 20g , Zawiera: ; JABŁKO (1 szt.) 164g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; PŁATKI ORKISZOWE (mleko2%, płatki orkiszowe) 300g , Zawiera: GLU, MLE;	ZUPA KREM Z BIAŁYCH WARZYW JARSKA (ziemniak, seler, kalafior, m.pszenna) 350g , Zawiera: ; CUKINIA FASZEROWANA MIĘSEM MIELONYM DROBIOWYM I RYŻEM b/gl i b/ml (kurczak, pomidory, olej, ryż, cukinia) 200g , Zawiera: ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; SOS POMIDOROWY (koncentrat pom., mąka pszenna) 100g , Zawiera: GLU; 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 SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g , Zawiera: ; PASTA DROBIOWO-WARZYWNA B/ML 40g , Zawiera: SEL; SAŁATA Z SOSEM VINEGRET 50g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
	Podwieczorek: KISIEL CYTRYNOWY Z JABŁKIEM (kisiel proszek, jabłko) 200g , Zawiera: ;	Posiłek nocny: SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 200g , Zawiera: ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2392.38 kcal; Białko ogółem: 121.75 g; Tłuszcz: 82.27 g; Węglowodany ogółem: 311.87 g; Sól: 10.75 g; cukry proste: 76.42 g; NKT: 29.21 g; Błonnik pokarmowy: 29.14 g;		
środa 2026-11-04	**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: ; RZODKIEWKA 80g , Zawiera: ; RUKOLA 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 BIAŁYCH WARZYW JARSKA (ziemniak, seler, kalafior, m.pszenna) 350g , Zawiera: ; PAPRYKA FASZEROWANA (papryka, mięso wieprzowe, cukinia, ryż, ser) 200g , Zawiera: ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; SURÓWKA: POR Z JABŁKIEM I KUKURYDZĄ (por, jabłko, kukurydza, olej rzepakowy, natka) 75g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ; SOS POMIDOROWY (koncentrat pom., mąka pszenna) 100g , Zawiera: GLU;	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; PASTA DROBIOWO-WARZYWNA B/ML 40g , Zawiera: SEL; WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g , Zawiera: ; SAŁATA Z SOSEM VINEGRET 50g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
II Śniadanie: MOZZARELLA (ser) 40g , 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: KISIEL CYTRYNOWY Z JABŁKIEM (kisiel proszek, jabłko) 200g , Zawiera: ;	Posiłek nocny: SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 200g , Zawiera: ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2466.02 kcal; Białko ogółem: 115.22 g; Tłuszcz: 94.37 g; Węglowodany ogółem: 312.58 g; Sól: 11.29 g; cukry proste: 76.79 g; NKT: 35.97 g; Błonnik pokarmowy: 41.25 g;		

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital MSWiA

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2026-11-05	**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: ; TWARÓG Z JOGURTEM (twaróg półtłusty, jogurt naturalny) 40g , Zawiera: MLE; ROSZPONKA 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; PŁATKI ŻYTNIE (mleko 2%, płatki żytnie) 300g , Zawiera: MLE; OGÓREK ŚWIEŻY KROJONY 80g , Zawiera: ;	ZUPA MARCHWIOWA JARSKA (marchew, seler, pietruszka, ziemniak, m. pszenna, kasza manna) 350g , Zawiera: GLU; UDKO PIECZONE (cwiartka kurczaka, przyprawa do kurczaka, olej) 200g , Zawiera: ; KASZA GRYCZANA 250g , Zawiera: ; SURÓWKA: KAPUSTA BIAŁA Z KOPERKIEM (kapusta biała, koperek, olej rzepakowy) 150g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ; SOS WŁASNY 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; JAJKO GOTOWANE 1szt , Zawiera: JAJ; WĘDLINA POLĘDWICA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; POMIDOR KROJONY 100g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
	Podwieczorek: KOKTAJL OWOCE LEŚNE (maliny, czarne porzeczki, maślanka- mleko, kultury bakterii) 200g , Zawiera: MLE;	Posiłek nocny: SOK Z BURAKA 1szt , Zawiera: ;

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2331.47 kcal; Białko ogółem: 102.99 g; Tłuszcz: 78.43 g; Węglowodany ogółem: 318.18 g; Sól: 6.64 g; cukry proste: 98.79 g; NKT: 33.84 g; Błonnik pokarmowy: 29.26 g;

czwartek 2026-11-05	**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: ; TWARÓG Z JOGURTEM (twaróg półtłusty, jogurt naturalny) 40g , Zawiera: MLE; ROSZPONKA 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; PŁATKI ŻYTNIE (mleko 2%, płatki żytnie) 300g , Zawiera: MLE; POMARAŃCZA (1/2 szt.) 120g , Zawiera: ;	ZUPA MARCHWIOWA JARSKA (marchew, seler, pietruszka, ziemniak, m. pszenna, kasza manna) 350g , Zawiera: GLU; UDKO DUSZONE (cwiartka kurczaka, przyprawy) 200g , Zawiera: ; KASZA JĘCZMIENNA 250g , Zawiera: GLU; BROKUŁ GOTOWANY 150g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ; SOS WŁASNY 100g , Zawiera: GLU;	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g , Zawiera: ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA POLĘDWICA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; JAJKO GOTOWANE 1szt , Zawiera: JAJ; POMIDOR KROJONY 100g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
	Podwieczorek: KOKTAJL OWOCE LEŚNE (maliny, czarne porzeczki, maślanka- mleko, kultury bakterii) 200g , Zawiera: MLE;	Posiłek nocny: SOK Z BURAKA 1szt , Zawiera: ;

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2297.83 kcal; Białko ogółem: 102.13 g; Tłuszcz: 72.28 g; Węglowodany ogółem: 322.25 g; Sól: 6.17 g; cukry proste: 93.72 g; NKT: 33.52 g; Błonnik pokarmowy: 25.68 g;

czwartek 2026-11-05	**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: ; ROSZPONKA 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; PŁATKI ŻYTNIE (mleko 2%, płatki żytnie) 300g , Zawiera: MLE; OGÓREK ŚWIEŻY KROJONY 80g , Zawiera: ;	ZUPA MARCHWIOWA JARSKA (marchew, seler, pietruszka, ziemniak, m. pszenna, kasza manna) 350g , Zawiera: GLU; UDKO PIECZONE (cwiartka kurczaka, przyprawa do kurczaka, olej) 200g , Zawiera: ; KASZA GRYCZANA 250g , Zawiera: ; SURÓWKA: KAPUSTA BIAŁA Z KOPERKIEM (kapusta biała, koperek, olej rzepakowy) 75g , Zawiera: ; BROKUŁ GOTOWANY 75g , Zawiera: ; SOS WŁASNY 100g , Zawiera: GLU; 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; JAJKO GOTOWANE 1szt , Zawiera: JAJ; WĘDLINA POLĘDWICA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; POMIDOR KROJONY 100g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
II Śniadanie: TWARÓG Z JOGURTEM (twaróg półtłusty, jogurt naturalny) 40g , 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: KOKTAJL OWOCE LEŚNE (maliny, czarne porzeczki, maślanka- mleko, kultury bakterii) 200g , Zawiera: MLE;	Posiłek nocny: SOK Z BURAKA 1szt , Zawiera: ;

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2334.64 kcal; Białko ogółem: 103.24 g; Tłuszcz: 82.46 g; Węglowodany ogółem: 312.45 g; Sól: 6.61 g; cukry proste: 96.47 g; NKT: 36.53 g; Błonnik pokarmowy: 34.69 g;

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital MSWiA

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2026-11-06	**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 DROBIOWA z kurczaka 30g , Zawiera: ; SER ŻÓŁTY 25g , Zawiera: MLE; PAPRYKA ŚWIEŻA 80g , Zawiera: ; SAŁATA LODOWA KROJONA 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; RYŻ NA MLEKU (mleko 2% tł., ryż) 300g , Zawiera: MLE;	ZUPA KRUPNIK JAGLANY JARSKI (kasza jaglana, ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, masło) 350g , Zawiera: SEL; RYBA PANIEROWANA SMAŻONA (morszczuk, bułka tarta, jajko, mleko, olej) 120g , Zawiera: GLU, JAJ, RYB, MLE; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; SURÓWKA: KAPUSTA KISZONA 150g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ;	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; PASZTET SOJOWY (woda, olej rzepakowy, białko sojowe, cebula, skrobia kukurydziana, konc. pomid., gorczyca, sól) 40g , Zawiera: SOJ; SAŁATKA GRECKA (sałata, ser sałatkowy, pomidor, ogórek, oliwa, pieprz, zioła suszone) 100g , Zawiera: MLE; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
	Podwieczorek: BUDYŃ ŚMIETANKOWY NA MLEKU (mleko 2%, budyń proszek) 200g , Zawiera: MLE;	Posiłek nocny: SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 140g , Zawiera: MLE;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2309.67 kcal; Białko ogółem: 115.34 g; Tłuszcz: 86.77 g; Węglowodany ogółem: 277.92 g; Sól: 9.51 g; cukry proste: 65.64 g; NKT: 33.69 g; Błonnik pokarmowy: 25.34 g;		
piątek 2026-11-06	**Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-łatwostrawna (poł/gin)**	
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g , Zawiera: ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; SEREK ZIOŁOWY 40g , Zawiera: MLE; WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 30g , Zawiera: ; SAŁATA LODOWA KROJONA 20g , Zawiera: ; GREJPFRUT 0,5 szt 130g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; RYŻ NA MLEKU (mleko 2% tł., ryż) 300g , Zawiera: MLE;	ZUPA KRUPNIK JAGLANY JARSKI (kasza jaglana, ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, masło) 350g , Zawiera: SEL; RYBA NA PARZE (dorsz) 100g , Zawiera: RYB; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; SOS KOPERKOWY 100g , Zawiera: JAJ; FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA 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; DŻEM TRUSKAWKOWY NISKOSŁODZONY (truskawki 40%, cukier, woda, pektyny, guma guar) 30g , Zawiera: ; WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; SAŁATKA GRECKA (sałata, ser sałatkowy, pomidor, ogórek, oliwa, pieprz, zioła suszone) 100g , Zawiera: MLE; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
	Podwieczorek: BUDYŃ ŚMIETANKOWY NA MLEKU (mleko 2%, budyń proszek) 200g , Zawiera: MLE;	Posiłek nocny: SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 140g , Zawiera: MLE;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2179.36 kcal; Białko ogółem: 106.72 g; Tłuszcz: 68.14 g; Węglowodany ogółem: 295.34 g; Sól: 9.03 g; cukry proste: 80.90 g; NKT: 34.98 g; Błonnik pokarmowy: 21.30 g;		
piątek 2026-11-06	**Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-ogr węgl. (poł/gin)**	
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g , Zawiera: MLE; SER ŻÓŁTY 25g , Zawiera: MLE; PAPRYKA ŚWIEŻA 80g , Zawiera: ; SAŁATA LODOWA KROJONA 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; RYŻ NA MLEKU (mleko 2% tł., ryż) 300g , Zawiera: MLE;	ZUPA KRUPNIK JAGLANY JARSKI (kasza jaglana, ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, masło) 350g , Zawiera: SEL; RYBA PANIEROWANA SMAŻONA (morszczuk, bułka tarta, jajko, mleko, olej) 120g , Zawiera: GLU, JAJ, RYB, MLE; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA 75g , Zawiera: ; SURÓWKA: KAPUSTA KISZONA 75g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ;	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA SZYNKÓWKA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; PASZTET SOJOWY (woda, olej rzepakowy, białko sojowe, cebula, skrobia kukurydziana, konc. pomid., gorczyca, sól) 40g , Zawiera: SOJ; SAŁATKA GRECKA (sałata, ser sałatkowy, pomidor, ogórek, oliwa, pieprz, zioła suszone) 100g , Zawiera: MLE; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
II Śniadanie: WĘDLINA DROBIOWA z kurczaka 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: BUDYŃ ŚMIETANKOWY BEZ CUKRU (mleko 2%, budyń proszek) 200g , Zawiera: MLE;	Posiłek nocny: SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 140g , Zawiera: MLE;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2326.04 kcal; Białko ogółem: 116.71 g; Tłuszcz: 88.74 g; Węglowodany ogółem: 279.36 g; Sól: 9.27 g; cukry proste: 67.22 g; NKT: 36.60 g; Błonnik pokarmowy: 31.03 g;		

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital MSWiA

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2026-11-07	**Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-podst. (poł/gin)**	
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA SZYNKA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; PASTA Z TUŃCZYKA (tuńczyk, majonez, koper, ogórek kiszony) 40g , Zawiera: ; BANAN (1 szt.) 150g , Zawiera: ; ROSZPONKA 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; OWSIANKA (mleko 2% tł., płatki owsiane) 300g , Zawiera: GLU, MLE;	ZUPA CUKINIOWA JARSKA (cukinia, seler, pietruszka korzeń, marchew, ziemniaki, mąka pszenna) 350g , Zawiera: GLU, SEL; POTRAWKA Z KURCZAKA Z RODZYNKAMI 200g , Zawiera: GLU; RYŻ BASMATI 250g , Zawiera: ; MARCHEWKA Z GROSZKIEM (marchew, groszek) 150g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ;	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 40g , Zawiera: ; WĘDLINA POLĘDWICA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; POMIDOR KROJONY 100g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
	Podwieczorek: MAŚLANKA (mleko, kultury bakterii) 200ml , Zawiera: MLE;	Posiłek nocny: WAFLE ORKISZOWE 35g , Zawiera: ;

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2457.81 kcal; Białko ogółem: 111.43 g; Tłuszcz: 76.63 g; Węglowodany ogółem: 342.58 g; Sól: 6.26 g; cukry proste: 69.77 g; NKT: 32.14 g; Błonnik pokarmowy: 29.66 g;

sobota 2026-11-07	**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 SZYNKA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; ROSZPONKA 20g , Zawiera: ; BANAN (1 szt.) 150g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; OWSIANKA (mleko 2% tł., płatki owsiane) 300g , Zawiera: GLU, MLE;	ZUPA CUKINIOWA JARSKA (cukinia, seler, pietruszka korzeń, marchew, ziemniaki, mąka pszenna) 350g , Zawiera: GLU, SEL; POTRAWKA Z KURCZAKA Z RODZYNKAMI 200g , Zawiera: GLU; RYŻ BASMATI 250g , Zawiera: ; MARCHEWKA Z GROSZKIEM (marchew, groszek) 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 POLĘDWICA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 40g , Zawiera: ; POMIDOR KROJONY 100g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
	Podwieczorek: MAŚLANKA (mleko, kultury bakterii) 200ml , Zawiera: MLE;	Posiłek nocny: WAFLE ORKISZOWE 35g , Zawiera: ;

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2423.07 kcal; Białko ogółem: 113.17 g; Tłuszcz: 70.31 g; Węglowodany ogółem: 343.52 g; Sól: 6.17 g; cukry proste: 67.45 g; NKT: 31.77 g; Błonnik pokarmowy: 24.36 g;

sobota 2026-11-07	**Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-ogr węgl. (poł/gin)**	
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g , Zawiera: MLE; WĘDLINA SZYNKA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; OGÓREK KISZONY KROJONY 80g , Zawiera: ; ROSZPONKA 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; OWSIANKA (mleko 2% tł., płatki owsiane) 300g , Zawiera: GLU, MLE;	ZUPA CUKINIOWA JARSKA (cukinia, seler, pietruszka korzeń, marchew, ziemniaki, mąka pszenna) 350g , Zawiera: GLU, SEL; POTRAWKA Z KURCZAKA Z RODZYNKAMI 200g , Zawiera: GLU; RYŻ BASMATI 250g , Zawiera: ; SAŁATA Z SOSEM VINEGRET 75g , Zawiera: ; MARCHEWKA Z GROSZKIEM (marchew, groszek) 75g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ;	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; SEREK WIEJSKI (mleko, śmietanka, sól) 40g , Zawiera: ; WĘDLINA POLĘDWICA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; POMIDOR KROJONY 100g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
II Śniadanie: PASTA Z TUŃCZYKA (tuńczyk, majonez, koper, ogórek kiszony) 40g , Zawiera: ; PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g , Zawiera: MLE; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;	Podwieczorek: MAŚLANKA (mleko, kultury bakterii) 200ml , Zawiera: MLE;	Posiłek nocny: WAFLE ORKISZOWE 35g , Zawiera: ;

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2416.21 kcal; Białko ogółem: 109.52 g; Tłuszcz: 86.35 g; Węglowodany ogółem: 313.44 g; Sól: 7.88 g; cukry proste: 49.60 g; NKT: 32.46 g; Błonnik pokarmowy: 31.85 g;

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital MSWiA

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2026-11-08	**Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-podst. (poł/gin)**	
PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; SER TOPIONY (plastry) 40g , Zawiera: ; GRUSZKA 136g , Zawiera: ; SAŁATA 10g , Zawiera: ; KAKAO (mleko 2% tł., kakao naturalne) 250ml , Zawiera: MLE; PŁATKI ŻYTNIE (mleko 2%, płatki żytnie) 300g , Zawiera: MLE; WĘDLINA OGONÓWKA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ;	ZUPA KREM Z PORA (włoszczyzna, por, ziemniaki, mąka, śmietana) 350g , Zawiera: GLU, MLE, SEL; SCHAB PIECZONY (schab, olej, liść laurowy, pieprz, sól) 100g , Zawiera: ; SOS WŁASNY 100g , Zawiera: GLU; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; BURACZKI TARTE gotowane (buraki, olej) 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; PASTA JAJECZNA (jaja, szczypiorek) 40g , Zawiera: JAJ; WĘDLINA POLĘDWICA Z INDYKA 30g , Zawiera: ; SURÓWKA: MARCHEWKA TARTA 100g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
	Podwieczorek: SOK WIELOWARZYWNY 1szt , Zawiera: ;	Posiłek nocny: KEFIR 200.0ml , Zawiera: MLE;

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2455.92 kcal; Białko ogółem: 105.57 g; Tłuszcz: 90.96 g; Węglowodany ogółem: 318.36 g; Sól: 8.88 g; cukry proste: 107.14 g; NKT: 39.41 g; Błonnik pokarmowy: 32.59 g;

niedziela 2026-11-08	**Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-łatwostrawna (poł/gin)**	
PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g , Zawiera: ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; SER TOPIONY (plastry) 40g , Zawiera: ; WĘDLINA OGONÓWKA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; SAŁATA 10g , Zawiera: ; SOK POMARAŃCZOWY 1szt , Zawiera: ; KAKAO (mleko 2% tł., kakao naturalne) 250ml , Zawiera: MLE; PŁATKI ŻYTNIE (mleko 2%, płatki żytnie) 300g , Zawiera: MLE;	ZUPA KREM Z PORA (włoszczyzna, por, ziemniaki, mąka, śmietana) 350g , Zawiera: GLU, MLE, SEL; SCHAB DUSZONY (schab, liść laurowy, pieprz, sól) 100g , Zawiera: ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; SOS WŁASNY 100g , Zawiera: GLU; BURACZKI TARTE gotowane (buraki, olej) 150g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ;	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g , Zawiera: ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA POLĘDWICA Z INDYKA 30g , Zawiera: ; PASTA JAJECZNA (jaja, szczypiorek) 40g , Zawiera: JAJ; SURÓWKA: MARCHEWKA TARTA 100g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
	Podwieczorek: SOK WIELOWARZYWNY 1szt , Zawiera: ;	Posiłek nocny: KEFIR 200.0ml , Zawiera: MLE;

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2412.88 kcal; Białko ogółem: 105.47 g; Tłuszcz: 85.33 g; Węglowodany ogółem: 299.74 g; Sól: 8.74 g; cukry proste: 91.44 g; NKT: 39.04 g; Błonnik pokarmowy: 24.41 g;

niedziela 2026-11-08	**Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-ogr węgl. (poł/gin)**	
PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -2 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 60g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g , Zawiera: MLE; SER TOPIONY (plastry) 40g , Zawiera: ; RZODKIEWKA 80g , Zawiera: ; SAŁATA 10g , Zawiera: ; KAKAO (mleko 2% tł., kakao naturalne) 250ml , Zawiera: MLE; PŁATKI ŻYTNIE (mleko 2%, płatki żytnie) 300g , Zawiera: MLE;	ZUPA KREM Z PORA (włoszczyzna, por, ziemniaki, mąka, śmietana) 350g , Zawiera: GLU, MLE, SEL; SCHAB DUSZONY (schab, liść laurowy, pieprz, sól) 100g , Zawiera: ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; SOS WŁASNY 100g , Zawiera: GLU; BURACZKI TARTE gotowane (buraki, olej) 75g , Zawiera: ; SURÓWKA: OGÓREK ŚWIEŻY Z KOPERKIEM 75g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ;	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; PASTA JAJECZNA (jaja, szczypiorek) 40g , Zawiera: JAJ; WĘDLINA POLĘDWICA Z INDYKA 30g , Zawiera: ; SURÓWKA: MARCHEWKA TARTA 100g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
II Śniadanie: WĘDLINA OGONÓWKA 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: SOK WIELOWARZYWNY 1szt , Zawiera: ;	Posiłek nocny: KEFIR 200.0ml , Zawiera: MLE;

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2285.42 kcal; Białko ogółem: 104.28 g; Tłuszcz: 82.84 g; Węglowodany ogółem: 298.47 g; Sól: 9.00 g; cukry proste: 95.30 g; NKT: 41.29 g; Błonnik pokarmowy: 36.11 g;

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital MSWiA

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny

poniedziałek 2026-11-09 **Jadłospis dla diety: sz. MSWiA-podst. (poł/gin)**

PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA SZYNKA KONSERWOWA 30g , Zawiera: ; PASTA Z ZIELONEGO GROSZKU (groszek, czosnek, sól, pieprz) 40g , Zawiera: ; POMIDOR KROJONY 80g , Zawiera: ; RUKOLA 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; KASZA JAGLANA (MLEKO 2% tł., kasza jaglana) 300g , Zawiera: MLE;	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMNIAKAMI JARSKA 350g , Zawiera: SEL; LECZO Z KURCZAKIEM bezml/ bezglut duszone (papryka św., filet z kurczaka, cebula, koncentrat pom., olej, oregano) 200g , Zawiera: ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; SURÓWKA: SELER Z SOSEM ŚMIET.-JOGURTOWYM (seler, jogurt nat., śmietana 18%) 150g , Zawiera: MLE, SEL; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ;	PIECZYWO MIESZANE I PEŁNOZIARNISTE (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista, woda, zakwas, sól) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g , Zawiera: ; SEREK KANAPKOWY TWAROGOWY (ser twarogowy, sól) 40g , Zawiera: MLE; SAŁATKA WIOSENNA (sałata, pomidor, ogórek, olej, zioła suszone) 100g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
	Podwieczorek: CIASTO MARCHEWKOWE (mąka pszenna, marchew, jajka, olej) 100g , Zawiera: GLU, JAJ, MLE;	Posiłek nocny: SOK Z BURAKA 1szt , Zawiera: ;

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2236.69 kcal; Białko ogółem: 89.43 g; Tłuszcz: 73.78 g; Węglowodany ogółem: 321.21 g; Sól: 4.92 g; cukry proste: 83.99 g; NKT: 36.46 g; Błonnik pokarmowy: 32.85 g;

poniedziałek 2026-11-09 **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: ; PASTA Z ZIELONEGO GROSZKU (groszek, czosnek, sól, pieprz) 40g , Zawiera: ; RUKOLA 20g , Zawiera: ; POMIDOR KROJONY 80g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 200ml , Zawiera: GLU, MLE; KASZA JAGLANA (MLEKO 2% tł., kasza jaglana) 300g , Zawiera: MLE;	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMNIAKAMI JARSKA 350g , Zawiera: SEL; LECZO Z KURCZAKIEM lekkostrawne (filet drobiowy, cukinia, pomidory bez skóry, pieczarki) 200g , Zawiera: ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; SURÓWKA: SELER Z SOSEM ŚMIET.-JOGURTOWYM (seler, jogurt nat., śmietana 18%) 150g , Zawiera: MLE, SEL; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ;	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g , Zawiera: ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g , Zawiera: ; SEREK KANAPKOWY TWAROGOWY (ser twarogowy, sól) 40g , Zawiera: MLE; SAŁATKA WIOSENNA (sałata, pomidor, ogórek, olej, zioła suszone) 100g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 300ml , Zawiera: ;
	Podwieczorek: CIASTO MARCHEWKOWE (mąka pszenna, marchew, jajka, olej) 100g , Zawiera: GLU, JAJ, MLE;	Posiłek nocny: SOK Z BURAKA 1szt , Zawiera: ;

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2240.86 kcal; Białko ogółem: 89.74 g; Tłuszcz: 73.03 g; Węglowodany ogółem: 320.64 g; Sól: 4.61 g; cukry proste: 80.67 g; NKT: 36.29 g; Błonnik pokarmowy: 27.35 g;

poniedziałek 2026-11-09 **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: ; POMIDOR KROJONY 80g , Zawiera: ; RUKOLA 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; KASZA JAGLANA (MLEKO 2% tł., kasza jaglana) 300g , Zawiera: MLE;	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMNIAKAMI JARSKA 350g , Zawiera: SEL; LECZO Z KURCZAKIEM bezml/ bezglut duszone (papryka św., filet z kurczaka, cebula, koncentrat pom., olej, oregano) 200g , Zawiera: ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; SURÓWKA: SELER Z SOSEM ŚMIET.-JOGURTOWYM (seler, jogurt nat., śmietana 18%) 150g , Zawiera: MLE, SEL; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ;	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA SCHAB Z CZARNUSZKĄ 30g , Zawiera: ; SEREK KANAPKOWY TWAROGOWY (ser twarogowy, sól) 40g , Zawiera: MLE; SAŁATKA WIOSENNA (sałata, pomidor, ogórek, olej, zioła suszone) 100g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
II Śniadanie: PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g , Zawiera: GLU; PASTA Z ZIELONEGO GROSZKU (groszek, czosnek, sól, pieprz) 40g , Zawiera: ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g , Zawiera: MLE; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;	Podwieczorek: CIASTO MARCHEWKOWE (mąka pszenna, marchew, jajka, olej) 100g , Zawiera: GLU, JAJ, MLE;	Posiłek nocny: SOK Z BURAKA 1szt , Zawiera: ;

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2258.79 kcal; Białko ogółem: 88.74 g; Tłuszcz: 78.26 g; Węglowodany ogółem: 320.16 g; Sól: 5.05 g; cukry proste: 86.18 g; NKT: 39.18 g; Błonnik pokarmowy: 38.16 g;

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital MSWiA

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2026-11-10	**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 TOPIONY 40g , Zawiera: MLE; WĘDLINA SUCHA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; KIWI (1 szt.) 75g , Zawiera: ; ROSZPONKA 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; PŁATKI ORKISZOWE (mleko2%, płatki orkiszowe) 300g , Zawiera: GLU, MLE;	ZUPA ROSÓŁ Z MAKARONEM (mięso drobiowe, marchew, seler, por, makaron z mąki durm) 350g , Zawiera: GLU; PIECZEŃ WIEPRZOWA Z WARZYWAMI pieczona (jaja, gluten, wieprzowina, marchew, cukinia, papryka, olej) 100g , Zawiera: GLU, JAJ; SOS MAJERANKOWY (śmietana, majeranek) 100g , Zawiera: MLE; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; SURÓWKA: KAPUSTA CZERWONA (kapusta czerwona,sól, cukier, 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; WĘDLINA WIEPRZOWA wędzona 30g , Zawiera: ; SAŁATKA: BROKUŁ Z JAJKIEM, JOGURTEM I SŁONECZNIKIEM 100g , Zawiera: JAJ, MLE; KIEŁKI 20g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
	Podwieczorek: MUS JAGLANY Z ŻURAWINĄ i CYNAMONEM (kasza jaglana, mleko, żurawina, cynamon) 200g , Zawiera: MLE;	Posiłek nocny: PRZEKĄSKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g , Zawiera: ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2364.34 kcal; Białko ogółem: 99.32 g; Tłuszcz: 84.61 g; Węglowodany ogółem: 319.57 g; Sól: 10.89 g; cukry proste: 80.08 g; NKT: 41.13 g; Błonnik pokarmowy: 36.47 g;		
wtorek 2026-11-10	**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: ; SEREK TOPIONY 40g , Zawiera: MLE; KIWI (1 szt.) 75g , Zawiera: ; ROSZPONKA 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; PŁATKI ORKISZOWE (mleko2%, płatki orkiszowe) 300g , Zawiera: GLU, MLE;	ZUPA ROSÓŁ Z MAKARONEM (mięso drobiowe, marchew, seler, por, makaron z mąki durm) 350g , Zawiera: GLU; PIECZEŃ WIEPRZOWA Z WARZYWAMI pieczona (jaja, gluten, wieprzowina, marchew, cukinia, papryka, olej) 100g , Zawiera: GLU, JAJ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; BUKIET WARZYW GOTOWANYCH (brokuł, kalafior, marchew) 150g , Zawiera: ; SOS MAJERANKOWY (śmietana, majeranek) 100g , Zawiera: MLE; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ;	PIECZYWO PSZENNE - 3 KROMKI (mąka pszenna, woda, zakwas) 90g , Zawiera: ; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA WIEPRZOWA wędzona 30g , Zawiera: ; SAŁATKA: BROKUŁ Z JAJKIEM, JOGURTEM I SŁONECZNIKIEM 100g , Zawiera: JAJ, MLE; KIEŁKI 20g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
	Podwieczorek: MUS JAGLANY Z ŻURAWINĄ i CYNAMONEM (kasza jaglana, mleko, żurawina, cynamon) 200g , Zawiera: MLE;	Posiłek nocny: PRZEKĄSKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g , Zawiera: ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2289.96 kcal; Białko ogółem: 100.83 g; Tłuszcz: 81.38 g; Węglowodany ogółem: 304.59 g; Sól: 10.58 g; cukry proste: 60.48 g; NKT: 40.96 g; Błonnik pokarmowy: 32.60 g;		
wtorek 2026-11-10	**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 TOPIONY 40g , Zawiera: MLE; KIWI (1 szt.) 75g , Zawiera: ; ROSZPONKA 20g , Zawiera: ; KAWA ZBOŻOWA (mleko 2% tł., kawa zbożowa) 250ml , Zawiera: GLU, MLE; PŁATKI ORKISZOWE (mleko2%, płatki orkiszowe) 300g , Zawiera: GLU, MLE;	ZUPA ROSÓŁ Z MAKARONEM (mięso drobiowe, marchew, seler, por, makaron z mąki durm) 350g , Zawiera: GLU; PIECZEŃ WIEPRZOWA Z WARZYWAMI pieczona (jaja, gluten, wieprzowina, marchew, cukinia, papryka, olej) 100g , Zawiera: GLU, JAJ; ZIEMNIAKI GOTOWANE 250g , Zawiera: ; SOS MAJERANKOWY (śmietana, majeranek) 100g , Zawiera: MLE; SURÓWKA: KAPUSTA CZERWONA (kapusta czerwona,sól, cukier, olej rzepakowy) 75g , Zawiera: ; BUKIET WARZYW GOTOWANYCH (brokuł, kalafior, marchew) 75g , Zawiera: ; KOMPOT OWOCOWY (wiśnia, jabłka, porzeczka) 250ml , Zawiera: ;	PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -3 kromki (mąka razowa, woda, zakwas) 90g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 15g , Zawiera: MLE; WĘDLINA WIEPRZOWA wędzona 30g , Zawiera: ; SAŁATKA: BROKUŁ Z JAJKIEM, JOGURTEM I SŁONECZNIKIEM 100g , Zawiera: JAJ, MLE; KIEŁKI 20g , Zawiera: ; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;
II Śniadanie: WĘDLINA SUCHA WIEPRZOWA 30g , Zawiera: ; PIECZYWO PEŁNOZIARNISTE -1 kromka (mąka razowa, woda, zakwas) 30g , Zawiera: GLU; MASŁO (82% tł. śmietanka pasteryzowana) 10g , Zawiera: MLE; HERBATA BEZ CUKRU 250ml , Zawiera: ;	Podwieczorek: MUS JAGLANY Z ŻURAWINĄ i CYNAMONEM (kasza jaglana, mleko, żurawina, cynamon) 200g , Zawiera: MLE;	Posiłek nocny: PRZEKĄSKA ZBOŻOWA Z OWOCAMI (mus-tubka) 100g , Zawiera: ;
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2341.60 kcal; Białko ogółem: 99.03 g; Tłuszcz: 87.66 g; Węglowodany ogółem: 310.49 g; Sól: 10.94 g; cukry proste: 73.55 g; NKT: 43.76 g; Błonnik pokarmowy: 42.50 g;		

Dietetyk

.....

Własność Fundacji Pro Omnis . Wszelkie prawa zastrzeżone