

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MSWiA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-04-21		
Jadłospis dla diety: MSWiA - Podstawowa		
pudding waniliowo-czekoladowy (7) 125g, Bułka z ziarnami + chleb pszenno-żytni (1a,1b) 90g, masło (7) 15g, Serek śmietankowy Almette (7) 30g, Paszтет drobiowy (1a,3,9,10) 80g, ogórek 60g, kawa zbożowa z mlekiem (1b,1c,7) 250ml , ,	Zupa rosół z makaronem nitki (1a,9,10) 350ml, Ziemniaki gotowane 180g, Udko pieczone (10) 1 szt., Surówka coleslaw (3,7,9,10) 150g, Kompot z jabłkami 250ml , Ciasto keks (1a,3,7) 150g,	Chleb pszenno-żytni (1a,1b) 90g , margaryna Rama 20g', Kabanosy wieprzowe 45g, Sałatka jarzynowa (3,9,10) 120g, Rzodkiewka 60g, herbata czarna 250ml* , ,
II Śniadanie: kiwi 1 szt ,	Podwieczorek: Sok marchew-jabłko 200ml,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2548.85 kcal; Białko ogółem: 115.21 g; Węglowodany ogółem: 298.55 g; suma cukrów prostych: 97.03 g; Tłuszcz: 102.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.21 g; Błonnik pokarmowy: 27.06 g; Sól: 6.09 g;

poniedziałek 2025-04-21		
Jadłospis dla diety: MSWiA - Łatwostrawna		
serek homogenizowany waniliowy (7) 150g, Bułka kajzerka + chleb pszenny (1a) 90g, masło (7) 15g, Serek śmietankowy Almette (7) 30g, Schabowa kanapkowa (1a,3,6,7,9,10) 80g, Kalafior gotowany 60g, kawa zbożowa z mlekiem (1b,1c,7) 250ml , ,	Zupa rosół z makaronem nitki (1a,9,10) 350ml, Ziemniaki gotowane 180g, Udko duszone b/skóry 1 szt., Cukinia gotowana 150g, Kompot z jabłkami 250ml , Sos pieczeniowy (1a) 100ml*, Ciasto keks (1a,3,7) 150g,	Chleb pszenny (1a) 90g, margaryna Rama 20g', szynka gotowana 30g, Sałatka jarzynowa z marchewką, selerem, białkiem jaja, ziemniakami i jogurtem (3,7,9,10) 120g, Roszponka 20 g, herbata czarna 250ml* , ,
II Śniadanie: Kisiel o sm. cytrynowym 200ml,	Podwieczorek: Sok marchew-jabłko 200ml,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2381.43 kcal; Białko ogółem: 129.14 g; Węglowodany ogółem: 335.06 g; suma cukrów prostych: 123.44 g; Tłuszcz: 61.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.20 g; Błonnik pokarmowy: 21.61 g; Sól: 5.95 g;

poniedziałek 2025-04-21		
Jadłospis dla diety: MSWiA - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
serek homogenizowany waniliowy (7) 150g, Bułka kajzerka + chleb pszenny (1a) 90g, masło (7) 15g, Serek śmietankowy Almette (7) 30g, Schabowa kanapkowa (1a,3,6,7,9,10) 80g, Kalafior gotowany 60g, kawa zbożowa z mlekiem (1b,1c,7) 250ml , ,	Zupa rosół z makaronem nitki (1a,9,10) 350ml, Ziemniaki gotowane 180g, Udko duszone b/skóry 1 szt., Cukinia gotowana 150g, Kompot z jabłkami 250ml , Sos pieczeniowy (1a) 100ml*, Ciasto keks (1a,3,7) 150g,	Chleb pszenny (1a) 90g, margaryna Rama 20g', szynka gotowana 30g, Sałatka jarzynowa z marchewką, selerem, białkiem jaja, ziemniakami i jogurtem (3,7,9,10) 120g, Roszponka 20 g, herbata czarna 250ml* , ,
II Śniadanie: Kisiel o sm. cytrynowym 200ml,	Podwieczorek: Sok marchew-jabłko 200ml,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2381.43 kcal; Białko ogółem: 129.14 g; Węglowodany ogółem: 335.06 g; suma cukrów prostych: 123.44 g; Tłuszcz: 61.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.20 g; Błonnik pokarmowy: 21.61 g; Sól: 5.95 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-04-21			Jadłospis dla diety: MSWiA - Cukrzycowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
jogurt naturalny (7) 150 g, Bułka z ziarnami + chleb razowy żytni (1b) 90g, masło (7) 15g, Serek śmietankowy Almette (7) 30g, Paszтет drobiowy (1a,3,9,10) 80g, ogórek 60g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa rosół z makaronem nitki (1a,9,10) 350ml, ziemniaki gotowane 150g, Udko pieczone (10) 1 szt., Surówka coleslaw (3,7,9,10) 100g, Cukinia gotowana 50g, Kompot z jabłkami b/c 250ml , Ciasto keks (1a,3,7) 150g,	chleb graham (1a) 90g, margaryna Rama 20g', Kabanosy wieprzowe 45g, Sałatka jarzynowa (3,9,10) 120g, Rzodkiewka 60g, herbata czarna b/c 250ml*	
II Śniadanie: kiwi 1 szt ,	Podwieczorek: Budyń o sm. waniliowym (7) b/c 200g,	Posiłek nocny: chleb graham (1a) 50g, masło (7) 10g, Twarożek ze szczypiorkiem (7) 30g, Roszponka 5g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2654.44 kcal; Białko ogółem: 118.35 g; Węglowodany ogółem: 303.68 g; suma cukrów prostych: 67.49 g; Tłuszcz: 106.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.04 g; Błonnik pokarmowy: 31.90 g; Sól: 5.47 g;

poniedziałek 2025-04-21			Jadłospis dla diety: MSWiA - Bogatobiałkowa
serek homogenizowany waniliowy (7) 150g, Bułka kajzerka + chleb pszenny (1a) 90g, masło (7) 15g, Serek śmietankowy Almette (7) 30g, Schabowa kanapkowa (1a,3,6,7,9,10) 80g, Kalafior gotowany 60g, kawa zbożowa z mlekiem (1b,1c,7) 250ml	Zupa rosół z makaronem nitki (1a,9,10) 350ml, Ziemniaki gotowane 180g, Udko duszone b/skóry 1 szt., Cukinia gotowana 150g, Kompot z jabłkami 250ml , Sos pieczeniowy (1a) 100ml*, Ciasto keks (1a,3,7) 150g,	Chleb pszenny (1a) 90g, margaryna Rama 20g', szynka gotowana 30g, Sałatka jarzynowa z marchewką, selerem, białkiem jaja, ziemniakami i jogurtem (3,7,9,10) 120g, Roszponka 20 g, herbata czarna 250ml*	
II Śniadanie: Kisiel o sm. cytrynowym 200ml,	Podwieczorek: Sok marchew-jabłko 200ml,	Posiłek nocny: jogurt naturalny (7) 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2471.43 kcal; Białko ogółem: 135.59 g; Węglowodany ogółem: 344.36 g; suma cukrów prostych: 129.74 g; Tłuszcz: 64.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.99 g; Błonnik pokarmowy: 21.61 g; Sól: 6.19 g;

poniedziałek 2025-04-21			Jadłospis dla diety: MSWiA - Płynna
Ryż na wywarze+masło+mięso (7,9) 500g, herbata czarna 250ml*	Zupa rosół z makaronem +mięso (1a,3,9,10) 500ml, Kompot z jabłkami 250ml ,	Zupa kalafiorowa + mięso (9,10) 500ml, herbata czarna 250ml*	
II Śniadanie: Maślanka (7) 330ml,	Podwieczorek: Sok marchew-jabłko 200ml,	Posiłek nocny: jogurt naturalny (7) 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1629.14 kcal; Białko ogółem: 103.07 g; Węglowodany ogółem: 160.93 g; suma cukrów prostych: 64.63 g; Tłuszcz: 66.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.39 g; Błonnik pokarmowy: 14.13 g; Sól: 2.82 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MSWiA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-04-22Jadłospis dla diety: MSWiA - Podstawowa		
Kasza manna na mleku (1a,7) 250 g, Chleb pszenno-żytni (1a,1b) 90g , masło (7) 15g, Pasta rybna z łososia (4,9) 100g, Kielbasa krakowska 30g, Papryka czerwona 60g, Kakao z mlekiem bez cukru (7) 250ml	Zupa fasolowa (1,9) 350ml*, Ryż zapiekany z jabłkami i serem (7) 350g, Marchew (drobno tarta) 150g, WODA 500ML,	Chleb pszenno-żytni (1a,1b) 90g , margaryna Rama 20g', Sałatka a'la gyros z kurczakiem (3,10) 120g, Serki Haga (7) 2 szt., Rukola 20g, herbata czarna 250ml*
II Śniadanie: mandarynki 2 szt.,	Podwieczorek: Galaretka 175g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2584.42 kcal; Białko ogółem: 103.51 g; Węglowodany ogółem: 347.56 g; suma cukrów prostych: 103.19 g; Tłuszcz: 93.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.98 g; Błonnik pokarmowy: 32.29 g; Sól: 4.78 g;

wtorek 2025-04-22Jadłospis dla diety: MSWiA - Łatwostrawna		
Kasza manna na mleku (1a,7) 250 g, Chleb pszenny (1a) 90g, masło (7) 15g, Pasta rybna z dorsza (4,9) 100g, Szynkowa dębowa wieprzowa 30g, Sałata lodowa 50g, Kakao z mlekiem bez cukru (7) 250ml	Zupa brokułowa (1a,7,9,10) 350ml, Ryż zapiekany z jabłkami i serem (7) 350g, Marchew (drobno tarta) 150g, WODA 500ML,	Chleb pszenny (1a) 90g, margaryna Rama 20g', Sałatka a'la gyros z jogurtem (7) 120g, Serki Haga (7) 2 szt., Rukola 20g, herbata czarna 250ml*
II Śniadanie: Banan 1 szt.,	Podwieczorek: Galaretka 175g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2261.97 kcal; Białko ogółem: 98.34 g; Węglowodany ogółem: 333.38 g; suma cukrów prostych: 109.73 g; Tłuszcz: 64.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.93 g; Błonnik pokarmowy: 23.34 g; Sól: 3.36 g;

wtorek 2025-04-22Jadłospis dla diety: MSWiA - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kasza manna na mleku (1a,7) 250 g, Chleb pszenny (1a) 90g, masło (7) 15g, Pasta rybna z dorsza (4,9) 100g, Szynkowa dębowa wieprzowa 30g, Sałata lodowa 50g, Kakao z mlekiem bez cukru (7) 250ml	Zupa brokułowa (1a,7,9,10) 350ml, Ryż zapiekany z jabłkami i serem (7) 350g, Marchew (drobno tarta) 150g, WODA 500ML,	Chleb pszenny (1a) 90g, margaryna Rama 20g', Sałatka a'la gyros z jogurtem (7) 120g, Serki Haga (7) 2 szt., Rukola 20g, herbata czarna 250ml*
II Śniadanie: Banan 1 szt.,	Podwieczorek: Galaretka 175g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2261.97 kcal; Białko ogółem: 98.34 g; Węglowodany ogółem: 333.38 g; suma cukrów prostych: 109.73 g; Tłuszcz: 64.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.93 g; Błonnik pokarmowy: 23.34 g; Sól: 3.36 g;

wtorek 2025-04-22Jadłospis dla diety: MSWiA - Cukrzycowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Chleb graham + chleb żytni (1a,1b) 90g, masło (7) 15g, Pasta rybna z łososia (4,9) 100g, Kielbasa krakowska 30g, Papryka czerwona 60g, herbata czarna b/c 250ml*	Zupa fasolowa (1,9) 350ml*, Ryż brązowy z warzywami w sosie sojowym po chińsku (1a,6,9) 350 g, Sałata lodowa z sosem winegret 50g, Marchewka tarta 100g*, WODA 500ML,	chleb graham (1a) 90g, margaryna Rama 20g', Sałatka a'la gyros z kurczakiem (3,10) 120g, Serki Haga (7) 2 szt., Rukola 20g, herbata czarna b/c 250ml*
II Śniadanie: mandarynki 2 szt.,	Podwieczorek: Mix orzechów (5,8a,8d,11) 35g,	Posiłek nocny: chleb graham (1a) 50g, masło (7) 10g, Serek kanapkowy z ziołami (7) 25g, pomidor 35g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2813.12 kcal; Białko ogółem: 95.52 g; Węglowodany ogółem: 325.70 g; suma cukrów prostych: 46.00 g; Tłuszcz: 129.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.99 g; Błonnik pokarmowy: 53.77 g; Sól: 4.06 g;

wtorek 2025-04-22 Jadłospis dla diety: MSWiA - Bogatobiałkowa		
Kasza manna na mleku (1a,7) 250 g, Chleb pszenny (1a) 90g, masło (7) 15g, Pasta rybna z dorsza (4,9) 100g, Szynkowa dębowa wieprzowa 30g, Sałata lodowa 50g, Kakao z mlekiem bez cukru (7) 250ml	Zupa brokułowa (1a,7,9,10) 350ml, Ryż zapiekany z jabłkami i serem (7) 350g, Marchew (drobno tarta) 150g, WODA 500ML,	Chleb pszenny (1a) 90g, margaryna Rama 20g', Sałatka a'la gyros z jogurtem (7) 120g, Serki Haga (7) 2 szt., Rukola 20g, herbata czarna 250ml*
II Śniadanie: Banan 1 szt.,	Podwieczorek: Galaretka 175g ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy (7) 150g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2353.47 kcal; Białko ogółem: 103.89 g; Węglowodany ogółem: 345.68 g; suma cukrów prostych: 117.98 g; Tłuszcz: 66.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.25 g; Błonnik pokarmowy: 23.79 g; Sól: 3.53 g;

wtorek 2025-04-22 Jadłospis dla diety: MSWiA - Płynna		
kasza man na wyw+masło (1a,7,9) 500ml, herbata czarna 250ml*	Zupa brokułowa z ziemniakami + mięso (1a,9,10) 500ml, WODA 500ML,	Zupa grysikowa+mięso (1a,9) 500g, herbata czarna 250ml*
II Śniadanie: Mus z truskawką 100 g,	Podwieczorek: Galaretka 175g ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy (7) 150g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1440.17 kcal; Białko ogółem: 81.82 g; Węglowodany ogółem: 209.43 g; suma cukrów prostych: 61.46 g; Tłuszcz: 32.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 9.30 g; Błonnik pokarmowy: 12.65 g; Sól: 2.67 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MSWiA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-04-23		
Jadłospis dla diety: MSWiA - Podstawowa		
jogurt naturalny (7) 150 g, Bułka z ziarnami + chleb pszenno-żytni (1a,1b) 90g, masło (7) 15g, Kurczak w galarecie (9) 150g, Twarożek ze szczypiorkiem (7) 50g, Rzodkiewka 60g, kawa zbożowa z mlekiem (1b,1c,7) 250ml	Zupa pieczarkowa z makaronem (1a,3,7,9) 350ml, Kasza gryczana 180g, Pulpet drobiowy na parze (1a,3,10) 100g, Sos pomidorowy (1a) 50g, Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 150g, Kompot z jabłkami 250ml ,	Chleb pszenno-żytni (1a,1b) 90g , margaryna Rama 20g', Ser żółty (7) 70g, Szynka premium konserwowa (1a,6) 30g, ogórek kiszony (10) 60g, herbata czarna 250ml*
II Śniadanie: Mix orzechów (5,8a,8d,11) 35g,	Podwieczorek: biszkopty b/c (1a,3) 20 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2428.88 kcal; Białko ogółem: 124.15 g; Węglowodany ogółem: 278.20 g; suma cukrów prostych: 48.08 g; Tłuszcz: 95.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.62 g; Błonnik pokarmowy: 28.13 g; Sól: 8.83 g;

środa 2025-04-23		
Jadłospis dla diety: MSWiA - Łatwostrawna		
jogurt naturalny (7) 150 g, Bułka kajzerka + chleb pszenny (1a) 90g, masło (7) 15g, Kurczak w galarecie (9) 150g, Twarożek z ziołami (7) 50g, Pomidor b/skórki 60g, kawa zbożowa z mlekiem (1b,1c,7) 250ml	Zupa dyniowa z makaronem (1a,7,9,10) 350ml, Kasza kuskus (1a)180g, Pulpet drobiowy na parze (1a,3,10) 100g, Sos pomidorowy (1a) 50g, Szpinak gotowany (9) 150g, Kompot z jabłkami 250ml ,	Chleb pszenny (1a) 90g, margaryna Rama 20g', Ser biały (7) 80g*, Szynka premium konserwowa (1a,6) 30g, Sałata lodowa 50g, herbata czarna 250ml*
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1 szt,	Podwieczorek: biszkopty b/c (1a,3) 20 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2260.96 kcal; Białko ogółem: 118.56 g; Węglowodany ogółem: 325.54 g; suma cukrów prostych: 58.42 g; Tłuszcz: 56.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.36 g; Błonnik pokarmowy: 18.87 g; Sól: 5.76 g;

środa 2025-04-23		
Jadłospis dla diety: MSWiA - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
jogurt naturalny (7) 150 g, Bułka kajzerka + chleb pszenny (1a) 90g, masło (7) 15g, Kurczak w galarecie (9) 150g, Twarożek z ziołami (7) 50g, Pomidor b/skórki 60g, kawa zbożowa z mlekiem (1b,1c,7) 250ml	Zupa dyniowa z makaronem (1a,7,9,10) 350ml, Kasza kuskus (1a)180g, Pulpet drobiowy na parze (1a,3,10) 100g, Sos pomidorowy (1a) 50g, Szpinak gotowany (9) 150g, Kompot z jabłkami 250ml ,	Chleb pszenny (1a) 90g, margaryna Rama 20g', Ser biały (7) 80g*, Szynka premium konserwowa (1a,6) 30g, Sałata lodowa 50g, herbata czarna 250ml*
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1 szt,	Podwieczorek: biszkopty b/c (1a,3) 20 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2260.96 kcal; Białko ogółem: 118.56 g; Węglowodany ogółem: 325.54 g; suma cukrów prostych: 58.42 g; Tłuszcz: 56.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.36 g; Błonnik pokarmowy: 18.87 g; Sól: 5.76 g;

środa 2025-04-23		Jadłospis dla diety: MSWiA - Cukrzycowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
------------------	--	---

Jadłospisy dla oddziałów

jogurt naturalny (7) 150 g, Bułka z ziarnami + chleb razowy żytni (1b) 90g, masło (7) 15g, Kurczak w galarecie (9) 150g, Twarożek ze szczypiorkiem (7) 50g, Rzodkiewka 60g, herbata czarna b/c 250ml*	Zupa pieczarkowa z makaronem (1a,3,7,9) 350ml, kasza gryczana 150g, Pulpet drobiowy na parze (1a,3,10) 100g, Sos pomidorowy (1a) 50g, Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzep. 100g, szpinak gotowany (9) 50g, Kompot z jabłkami b/c 250ml ,	chleb graham (1a) 90g, margaryna Rama 20g', Ser żółty (7) 70g, Szynka premium konserwowa (1a,6) 30g, ogórek kiszony (10) 60g, herbata czarna b/c 250ml*
II Śniadanie: Gruszka 1szt,	Podwieczorek: Maślanka (7) 330ml,	Posiłek nocny: chleb graham (1a) 50g, masło (7) 10g, Pasztet sojowy (6,10) 30 g, Sałata lodowa 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2593.95 kcal; Białko ogółem: 131.83 g; Węglowodany ogółem: 317.77 g; suma cukrów prostych: 62.78 g; Tłuszcz: 91.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.35 g; Błonnik pokarmowy: 36.34 g; Sól: 9.32 g;

środa 2025-04-23 Jadłospis dla diety: MSWiA - Bogatobiałkowa		
jogurt naturalny (7) 150 g, Bułka kajzerka + chleb pszenny (1a) 90g, masło (7) 15g, Kurczak w galarecie (9) 150g, Twarożek z ziołami (7) 50g, Pomidor b/skórki 60g, kawa zbożowa z mlekiem (1b,1c,7) 250ml	Zupa dyniowa z makaronem (1a,7,9,10) 350ml, Kasza kuskus (1a)180g, Pulpet drobiowy na parze (1a,3,10) 100g, Sos pomidorowy (1a) 50g, Szpinak gotowany (9) 150g, Kompot z jabłkami 250ml ,	Chleb pszenny (1a) 90g, margaryna Rama 20g', Szynka premium konserwowa (1a,6) 30g, Ser biały (7) 80g*, Sałata lodowa 50g, herbata czarna 250ml*
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1 szt,	Podwieczorek: biszkopty b/c (1a,3) 20 g,	Posiłek nocny: Maślanka (7) 330ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2383.06 kcal; Białko ogółem: 129.78 g; Węglowodany ogółem: 341.05 g; suma cukrów prostych: 73.93 g; Tłuszcz: 58.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.48 g; Błonnik pokarmowy: 18.87 g; Sól: 6.25 g;

środa 2025-04-23 Jadłospis dla diety: MSWiA - Płynna		
Kasza kukurydziana na wywarze+masło+mięso (7,9) 500ml, herbata czarna 250ml*	Zupa dyniowa z ziemniakami+mięso (9,10) 500ml, Kompot z jabłkami 250ml ,	Zupa ryżowa + mięso (9) 500ml, herbata czarna 250ml*
II Śniadanie: jogurt naturalny (7) 150 g,	Podwieczorek: Maślanka (7) 330ml,	Posiłek nocny: Maślanka (7) 330ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1833.03 kcal; Białko ogółem: 114.36 g; Węglowodany ogółem: 222.68 g; suma cukrów prostych: 67.05 g; Tłuszcz: 57.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.54 g; Błonnik pokarmowy: 18.58 g; Sól: 4.84 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MSWiA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
czwartek 2025-04-24		
Jadłospis dla diety: MSWiA - Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku (1d,7) 250g, Chleb pszenno-żytni (1a,1b) 90g , masło (7) 15g, Pasta z jaj z majonezem (3,10) 100g, Schabowa kanapkowa (1a,3,6,7,9,10) 30g, Papryka czerwona 60g, Kakao z mlekiem bez cukru (7) 250ml	Zupa kapuśniak z białej kapusty (1a,9) 350ml, Ziemniaki gotowane 180g, Wątróbka drobiowa smażona z cebulką w sosie własnym(1a) 130/50g, Sałatka z buraczków z olejem rzepakowym 150g, WODA 500ML,	Chleb pszenno-żytni (1a,1b) 90g , margaryna Rama 20g', Pasztet drobiowy (1a,3,9,10) 80g, Ser biały (7) 40g, ogórek 60g, herbata czarna 250ml* ,
II Śniadanie: jablko 1szt.,	Podwieczorek: Pudding waniliowo-czekoladowy (7) 125g,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2471.23 kcal; Białko ogółem: 127.77 g; Węglowodany ogółem: 279.62 g; suma cukrów prostych: 79.01 g; Tłuszcz: 99.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.95 g; Błonnik pokarmowy: 26.00 g; Sól: 5.92 g;		
czwartek 2025-04-24		
Jadłospis dla diety: MSWiA - Łatwostrawna		
Płatki owsiane na mleku (1d,7) 250g, Chleb pszenny (1a) 90g, masło (7) 15g, Pasta z białka z koperkiem (3) 100g, Schabowa kanapkowa (1a,3,6,7,9,10) 30g, Rukola 20g, Kakao z mlekiem bez cukru (7) 250ml	Zupa pejszanka (1a,7,9,10)350ml, Ziemniaki gotowane 180g, Wątróbka drobiowa duszona w sosie(1a,9,10) 180g, Sałatka z buraczków z olejem rzepakowym 150g, WODA 500ML,	Chleb pszenny (1a) 90g, margaryna Rama 20g', Szynkowa dębowa wieprzowa 80g, Ser biały (7) 40g, Marchew mini gotowana 60g, herbata czarna 250ml* ,
II Śniadanie: Mus z truskawką 100 g,	Podwieczorek: Sok wielowocowy 200ml,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2110.73 kcal; Białko ogółem: 112.65 g; Węglowodany ogółem: 269.23 g; suma cukrów prostych: 74.36 g; Tłuszcz: 69.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.75 g; Błonnik pokarmowy: 24.35 g; Sól: 6.39 g;		
czwartek 2025-04-24		
Jadłospis dla diety: MSWiA - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Płatki owsiane na mleku (1d,7) 250g, Chleb pszenny (1a) 90g, masło (7) 15g, Pasta z białka z koperkiem (3) 100g, Schabowa kanapkowa (1a,3,6,7,9,10) 30g, Rukola 20g, Kakao z mlekiem bez cukru (7) 250ml	Zupa pejszanka (1a,7,9,10)350ml, Ziemniaki gotowane 180g, Wątróbka drobiowa duszona w sosie(1a,9,10) 180g, Sałatka z buraczków z olejem rzepakowym 150g, WODA 500ML,	Chleb pszenny (1a) 90g, margaryna Rama 20g', Szynkowa dębowa wieprzowa 80g, Ser biały (7) 40g, Marchew mini gotowana 60g, herbata czarna 250ml* ,
II Śniadanie: Mus z truskawką 100 g,	Podwieczorek: Sok wielowocowy 200ml,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2110.73 kcal; Białko ogółem: 112.65 g; Węglowodany ogółem: 269.23 g; suma cukrów prostych: 74.36 g; Tłuszcz: 69.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.75 g; Błonnik pokarmowy: 24.35 g; Sól: 6.39 g;		
czwartek 2025-04-24		
Jadłospis dla diety: MSWiA - Cukrzycowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		

Jadłospisy dla oddziałów

Chleb graham + chleb żytni (1a,1b) 90g, masło (7) 15g, Pasta z jaj z majonezem (3,10) 100g, Schabowa kanapkowa (1a,3,6,7,9,10) 30g, Papryka czerwona 60g, herbata czarna b/c 250ml*	Zupa kapuśniak z białej kapusty (1a,9) 350ml, ziemniaki gotowane 150g, Wątróbka drobiowa duszona w sosie(1a,9,10) 180g, Sałatka z buraczków z olejem rzep. 100g*, Cukinia gotowana 50g, WODA 500ML,	chleb graham (1a) 90g, margaryna Rama 20g', Pasztet drobiowy (1a,3,9,10) 80g, Ser biały (7) 40g, ogórek 60g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: jabłko 1szt.,	Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny (7) 150g,	Posiłek nocny: chleb graham (1a) 50g, masło (7) 10g, Serek kanapkowy z ziołami (7) 30g, Roszponka 5g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2405.91 kcal; Białko ogółem: 115.31 g; Węglowodany ogółem: 258.76 g; suma cukrów prostych: 39.65 g; Tłuszcz: 101.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.20 g; Błonnik pokarmowy: 33.22 g; Sól: 5.67 g;

czwartek 2025-04-24			Jadłospis dla diety: MSWiA - Bogatobiałkowa		
Platki owsiane na mleku (1d,7) 250g, Chleb pszenny (1a) 90g, masło (7) 15g, Pasta z białka z koperkiem (3) 100g, Schabowa kanapkowa (1a,3,6,7,9,10) 30g, Rukola 20g, Kakao z mlekiem bez cukru (7) 250ml	Zupa pejzanka (1a,7,9,10)350ml, Ziemniaki gotowane 180g, Wątróbka drobiowa duszona w sosie(1a,9,10) 180g, Sałatka z buraczków z olejem rzepakowym 150g, WODA 500ML,	Chleb pszenny (1a) 90g, margaryna Rama 20g', Szynkowa dębowa wieprzowa 80g, Ser biały (7) 40g, Marchew mini gotowana 60g, herbata czarna 250ml*			
II Śniadanie: Mus z truskawką 100 g,	Podwieczorek: Sok wieloowocowy 200ml,	Posiłek nocny: serek homogenizowany waniliowy (7) 150g,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2347.73 kcal; Białko ogółem: 137.85 g; Węglowodany ogółem: 289.18 g; suma cukrów prostych: 93.71 g; Tłuszcz: 75.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.53 g; Błonnik pokarmowy: 24.35 g; Sól: 6.54 g;

czwartek 2025-04-24			Jadłospis dla diety: MSWiA - Płynna		
Zacierka na wywarze+masło+mięso (7,9) 500g, herbata czarna 250ml*	Zupa pejzanka z ziemniakami+mięso (9,10) 500ml, WODA 500ML,	Zupa szpinakowa+mięso (1a,9,10) 500ml, herbata czarna 250ml*			
II Śniadanie: Mus z truskawką 100 g,	Podwieczorek: Sok wieloowocowy 200ml,	Posiłek nocny: serek homogenizowany waniliowy (7) 150g,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1523.23 kcal; Białko ogółem: 117.03 g; Węglowodany ogółem: 154.68 g; suma cukrów prostych: 65.38 g; Tłuszcz: 50.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.45 g; Błonnik pokarmowy: 14.54 g; Sól: 2.03 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MSWiA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
piątek 2025-04-25		
Jadłospis dla diety: MSWiA - Podstawowa		
Kefir (7) 150g - 1szt., Bułka z ziarnami + chleb pszenno-żytni (1a,1b) 90g, masło (7) 15g, Parówki z indyka (6,9,10) 2szt., Ketchup (9) 15g, Serek śmietankowy Almette (7) 30g, pomidor 60g, kawa zbożowa z mlekiem (1b,1c,7) 250ml	Zupa krupnik z kaszy jęczm. (1c,9,10) 350ml, Ziemniaki gotowane 180g, Dorsz smażony (1a,3,4,9) 120g, Surówka z kapusty kiszzonej z marchewką i olejem 150g, Kompot z jabłkami 250ml ,	Chleb pszenno-żytni (1a,1b) 90g , margaryna Rama 20g', Hummus naturalny (11) 80g, Szynka premium konserwowa (1a,6) 30g, Rzodkiewka 60g, herbata czarna 250ml*
II Śniadanie: kiwi 1 szt ,	Podwieczorek: Orzechy włoskie (8c) 35g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2508.38 kcal; Białko ogółem: 86.27 g; Węglowodany ogółem: 284.82 g; suma cukrów prostych: 50.95 g; Tłuszcz: 119.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.81 g; Błonnik pokarmowy: 28.97 g; Sól: 7.14 g;

piątek 2025-04-25		
Jadłospis dla diety: MSWiA - Łatwostrawna		
Kefir (7) 150g - 1szt., Bułka kajzerka + chleb pszenny (1a) 90g, masło (7) 15g, Parówki z indyka (6,9,10) 2szt., Ketchup (9) 15g, Serek śmietankowy Almette (7) 30g, Pomidor b/skórki 60g, kawa zbożowa z mlekiem (1b,1c,7) 250ml	Zupa krupnik z kaszy jęczm. (1c,9,10) 350ml, Ziemniaki gotowane 180g, Dorsz na parze (4,9) 110g, Sos koperkowy (1a,7,10) 50ml, Marchew oprószana (1a) 150g, Kompot z jabłkami 250ml ,	Chleb pszenny (1a) 90g, margaryna Rama 20g', Szynka premium konserwowa (1a,6) 80g, Pasta jarzynowa (9,10) 50g , Roszponka 20 g, herbata czarna 250ml*
II Śniadanie: Banan 1 szt.,	Podwieczorek: Budyń o sm. waniliowym (7) 200g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2315.11 kcal; Białko ogółem: 96.11 g; Węglowodany ogółem: 326.01 g; suma cukrów prostych: 97.00 g; Tłuszcz: 75.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.09 g; Błonnik pokarmowy: 24.76 g; Sól: 5.88 g;

piątek 2025-04-25		
Jadłospis dla diety: MSWiA - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kefir (7) 150g - 1szt., Bułka kajzerka + chleb pszenny (1a) 90g, masło (7) 15g, Parówki z indyka (6,9,10) 2szt., Ketchup (9) 15g, Serek śmietankowy Almette (7) 30g, Pomidor b/skórki 60g, kawa zbożowa z mlekiem (1b,1c,7) 250ml	Zupa krupnik z kaszy jęczm. (1c,9,10) 350ml, Ziemniaki gotowane 180g, Dorsz na parze (4,9) 110g, Sos koperkowy (1a,7,10) 50ml, Marchew oprószana (1a) 150g, Kompot z jabłkami 250ml ,	Chleb pszenny (1a) 90g, margaryna Rama 20g', Szynka premium konserwowa (1a,6) 80g, Pasta jarzynowa (9,10) 50g , Roszponka 20 g, herbata czarna 250ml*
II Śniadanie: Banan 1 szt.,	Podwieczorek: Budyń o sm. waniliowym (7) 200g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2315.11 kcal; Białko ogółem: 96.11 g; Węglowodany ogółem: 326.01 g; suma cukrów prostych: 97.00 g; Tłuszcz: 75.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.09 g; Błonnik pokarmowy: 24.76 g; Sól: 5.88 g;

piątek 2025-04-25	
Jadłospis dla diety: MSWiA - Cukrzycowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	

Jadłospisy dla oddziałów

Kefir (7) 150g - 1szt., Bułka z ziarnami + chleb razowy żytni (1b) 90g, masło (7) 15g, Parówki z indyka (6,9,10) 2szt., Ketchup (9) 15g, Serek śmietankowy Almette (7) 30g, pomidor 60g, herbata czarna b/c 250ml*	Zupa krupnik z kaszy jęczm. (1c,9,10) 350ml, ziemniaki gotowane 150g, Dorsz na parze (4,9) 110g, Sos koperkowy (1a,7,10) 50ml, Surówka z kapusty kiszzonej z marchewką i olejem 100g, Fasolka szparagowa gotowana 50g, Kompot z jabłkami b/c 250ml ,	chleb graham (1a) 90g, margaryna Rama 20g', Hummus naturalny (11) 80g, Szynka premium konserwowa (1a,6) 30g, Rzodkiewka 60g, herbata czarna b/c 250ml*
II Śniadanie: kiwi 1 szt ,	Podwieczorek: Budyń o sm. waniliowym (7) b/c 200g,	Posiłek nocny: chleb graham (1a) 50g, masło (7) 10g, Szynka delikatesowa drobiowa 30g, Roszponka 5g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2367.53 kcal; Białko ogółem: 90.99 g; Węglowodany ogółem: 286.47 g; suma cukrów prostych: 44.64 g; Tłuszcz: 97.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.98 g; Błonnik pokarmowy: 33.25 g; Sól: 6.38 g;

piątek 2025-04-25			Jadłospis dla diety: MSWiA - Bogatobiałkowa		
Kefir (7) 150g - 1szt., Bułka kajzerka + chleb pszenny (1a) 90g, masło (7) 15g, Parówki z indyka (6,9,10) 2szt., Ketchup (9) 15g, Serek śmietankowy Almette (7) 30g, Pomidor b/skórki 60g, kawa zbożowa z mlekiem (1b,1c,7) 250ml	Zupa krupnik z kaszy jęczm. (1c,9,10) 350ml, Ziemniaki gotowane 180g, Dorsz na parze (4,9) 110g, Sos koperkowy (1a,7,10) 50ml, Marchew oprószana (1a) 150g, Kompot z jabłkami 250ml ,	Chleb pszenny (1a) 90g, margaryna Rama 20g', Szynka premium konserwowa (1a,6) 80g, Pasta jarzynowa (9,10) 50g , Roszponka 20 g, herbata czarna 250ml*			
II Śniadanie: Banan 1 szt.,	Podwieczorek: Budyń o sm. waniliowym (7) 200g,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy (7) 150g,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2406.61 kcal; Białko ogółem: 101.66 g; Węglowodany ogółem: 338.31 g; suma cukrów prostych: 105.25 g; Tłuszcz: 77.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.41 g; Błonnik pokarmowy: 25.21 g; Sól: 6.06 g;

piątek 2025-04-25			Jadłospis dla diety: MSWiA - Płynna		
Kasza kuskus na wywarze+mięso (1a,9) 500g, herbata czarna 250ml*	zupa krupnik+ziemniaki+mięso(1c,9,10) 500g, Kompot z jabłkami 250ml ,	Zupa ryżowa z włoszczyzną + mięso (1a,9) 500ml, herbata czarna 250ml*			
II Śniadanie: Kefir (7) 150g - 1szt.,	Podwieczorek: Budyń o sm. waniliowym (7) 200g,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy (7) 150g,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1883.75 kcal; Białko ogółem: 112.78 g; Węglowodany ogółem: 233.03 g; suma cukrów prostych: 60.28 g; Tłuszcz: 58.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.37 g; Błonnik pokarmowy: 16.13 g; Sól: 2.92 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MSWiA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-04-26Jadłospis dla diety: MSWiA - Podstawowa		
Zacierka na mleku (1a,3,7) 250 g, Chleb pszenno-żytni (1a,1b) 90g , masło (7) 15g, Sałatka jarzynowa (3,9,10) 120g*, Szynka rodzinna z kurcząt 30 g, Rzodkiewka 60g, Kakao z mlekiem bez cukru (7) 250ml	Zupa grochowa (1a,7,9,10) 350ml, Ryż brązowy gotowany 180g, Leczo z cukinią i kielbasą (1,9,10) 190g, Sałata lodowa z sosem winegret 150g, WODA 500ML,	Chleb pszenno-żytni (1a,1b) 90g , margaryna Rama 20g', Schabowa kanapkowa (1a,3,6,7,9,10) 80g, Serek kanapkowy z ziołami (7) 50g, ogórek 60g, herbata czarna 250ml*
II Śniadanie: Ciasto drożdżowe (1a,3,6) 100g, Dżem brzoskwiniowy 25g-2szt.,	Podwieczorek: Arbuz 150g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2608.12 kcal; Białko ogółem: 107.72 g; Węglowodany ogółem: 391.91 g; suma cukrów prostych: 88.03 g; Tłuszcz: 75.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.25 g; Błonnik pokarmowy: 35.74 g; Sól: 7.65 g;

sobota 2025-04-26Jadłospis dla diety: MSWiA - Łatwostrawna		
Zacierka na mleku (1a,3,7) 250 g, Chleb pszenny (1a) 90g, masło (7) 15g, Sałatka jarzynowa z marchewką, selerem, białkiem jaja, ziemniakami i jogurtem (3,7,9,10) 120g, Szynka rodzinna z kurcząt 30 g, Rukola 20g, Kakao z mlekiem bez cukru (7) 250ml	Zupa dyniowa (1a,7,9,10) 350ml, Ryż biały gotowany 180 g, Leczo pomidorowe z cukinią, kurczakiem, włoszczyzną (1a,9) 180g, Sałata lodowa z sosem winegret 150g, WODA 500ML,	Chleb pszenny (1a) 90g, margaryna Rama 20g', Schabowa kanapkowa (1a,3,6,7,9,10) 80g, Serek kanapkowy z ziołami (7) 50g, Marchew w plastrach na parze 60g, herbata czarna 250ml*
II Śniadanie: Ciasto drożdżowe (1a,3,6) 100g, Dżem brzoskwiniowy 25g-2szt.,	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1 szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2587.15 kcal; Białko ogółem: 115.62 g; Węglowodany ogółem: 382.76 g; suma cukrów prostych: 87.18 g; Tłuszcz: 71.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.88 g; Błonnik pokarmowy: 26.55 g; Sól: 5.82 g;

sobota 2025-04-26Jadłospis dla diety: MSWiA - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zacierka na mleku (1a,3,7) 250 g, Chleb pszenny (1a) 90g, masło (7) 15g, Sałatka jarzynowa z marchewką, selerem, białkiem jaja, ziemniakami i jogurtem (3,7,9,10) 120g, Szynka rodzinna z kurcząt 30 g, Rukola 20g, Kakao z mlekiem bez cukru (7) 250ml	Zupa dyniowa (1a,7,9,10) 350ml, Ryż biały gotowany 180 g, Leczo pomidorowe z cukinią, kurczakiem, włoszczyzną (1a,9) 180g, Sałata lodowa z sosem winegret 150g, WODA 500ML,	Chleb pszenny (1a) 90g, margaryna Rama 20g', Schabowa kanapkowa (1a,3,6,7,9,10) 80g, Serek kanapkowy z ziołami (7) 50g, Marchew w plastrach na parze 60g, herbata czarna 250ml*
II Śniadanie: Ciasto drożdżowe (1a,3,6) 100g, Dżem brzoskwiniowy 25g-2szt.,	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1 szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2587.15 kcal; Białko ogółem: 115.62 g; Węglowodany ogółem: 382.76 g; suma cukrów prostych: 87.18 g; Tłuszcz: 71.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.88 g; Błonnik pokarmowy: 26.55 g; Sól: 5.82 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-04-26		Jadłospis dla diety: MSWiA - Cukrzycowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
Chleb graham + chleb żytni (1a,1b) 90g, masło (7) 15g, Salátka jarzynowa (3,9,10) 120g*, Szynka rodzinna z kurcząt 30 g, Rzodkiewka 60g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa grochowa (1a,7,9,10) 350ml, Ryż brązowy gotowany 150g, Leczo z cukinią i kielbasą (1,9,10) 190g, Saláta lodowa z sosem winegret 100g, Kalafior gotowany 50g, WODA 500ML,	chleb graham (1a) 90g, margaryna Rama 20g', Schabowa kanapkowa (1a,3,6,7,9,10) 80g, Serek kanapkowy z ziołami (7) 50g, ogórek 60g, Herbata czarna b/c 250ml	
II Śniadanie: Pomarańcza 1szt,	Podwieczorek: jabłko 1szt.,	Posiłek nocny: chleb graham (1a) 50g, masło (7) 10g, Serki Haga (7) 2 szt., Rukola 5g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2293.63 kcal; Białko ogółem: 93.03 g; Węglowodany ogółem: 306.30 g; suma cukrów prostych: 40.64 g; Tłuszcz: 81.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.13 g; Błonnik pokarmowy: 46.72 g; Sól: 6.96 g;

sobota 2025-04-26		Jadłospis dla diety: MSWiA - Bogatobiałkowa	
Zacierka na mleku (1a,3,7) 250 g, Chleb pszenny (1a) 90g, masło (7) 15g, Salátka jarzynowa z marchewką, selerem, białkiem jaja, ziemniakami i jogurtem (3,7,9,10) 120g, Szynka rodzinna z kurcząt 30 g, Rukola 20g, Kakao z mlekiem bez cukru (7) 250ml	Zupa dyniowa (1a,7,9,10) 350ml, Ryż biały gotowany 180 g, Leczo pomidorowe z cukinią, kurczakiem, włoszczyzną (1a,9) 180g, Salata lodowa z sosem winegret 150g, WODA 500ML,	Chleb pszenny (1a) 90g, margaryna Rama 20g', Schabowa kanapkowa (1a,3,6,7,9,10) 80g, Serek kanapkowy z ziołami (7) 50g, Marchew w plastrach na parze 60g, herbata czarna 250ml* ,	
II Śniadanie: Ciasto drożdżowe (1a,3,6) 100g, Dżem brzoskwiniowy 25g-2szt.,	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1 szt,	Posiłek nocny: Kefir (7) 150g - 1szt.,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2662.15 kcal; Białko ogółem: 120.72 g; Węglowodany ogółem: 389.81 g; suma cukrów prostych: 93.33 g; Tłuszcz: 74.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.67 g; Błonnik pokarmowy: 26.55 g; Sól: 5.96 g;

sobota 2025-04-26		Jadłospis dla diety: MSWiA - Płynna	
Zacierka na wywarze+masło+mięso (7,9) 500g, Kakao z mlekiem bez cukru (7) 250ml	Zupa dyniowa z ziemniakami+mięso (9,10) 500ml, WODA 500ML,	Zupa grysikowa+mięso (1a,9) 500g, herbata czarna 250ml*	
II Śniadanie: Mus owocowo-warzywny 100 g,	Podwieczorek: Sok marchew-jabłko 200ml,	Posiłek nocny: Kefir (7) 150g - 1szt.,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1834.58 kcal; Białko ogółem: 103.72 g; Węglowodany ogółem: 214.38 g; suma cukrów prostych: 66.68 g; Tłuszcz: 65.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.28 g; Błonnik pokarmowy: 19.12 g; Sól: 2.71 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MSWiA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
niedziela 2025-04-27		
Jadłospis dla diety: MSWiA - Podstawowa		
serek homogenizowany waniliowy (7) 150g, Chleb pszenno-żytni (1a,1b) 90g , masło (7) 15g, szynka gotowana (1a,3,6,7,9,10) 80g, Ser biały (7) 40g, miód 1 szt., pomidor 60g, kawa zbożowa z mlekiem (1b,1c,7) 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem (1a,7,9,10) 350ml, Ziemniaki gotowane 180g, Rolada schabowa z pieczarkami, serem w sosie pieczarkowym (7,9,10) 130/50g, Sos pieczarkowy (1a,7,9,10) 50ml, Sałatka z ogórka kiszzonego i marchewki (10) 150g*, Kompot z	Chleb pszenno-żytni (1a,1b) 90g , margaryna Rama 20g', Pasta z fasoli (9)100g, Serki Haga (7) 2 szt., Rzodkiewka 60g, herbata czarna 250ml*
II Śniadanie: Sok marchew-jabłko 200ml,	Podwieczorek: mandarynki 2 szt.,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2409.83 kcal; Białko ogółem: 122.01 g; Węglowodany ogółem: 334.75 g; suma cukrów prostych: 119.53 g; Tłuszcz: 72.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.52 g; Błonnik pokarmowy: 33.24 g; Sól: 7.01 g;

niedziela 2025-04-27		
Jadłospis dla diety: MSWiA - Łatwostrawna		
serek homogenizowany waniliowy (7) 150g, Chleb pszenny (1a) 90g, masło (7) 15g, szynka gotowana (1a,3,6,7,9,10) 80g, Ser biały (7) 40g, miód 1 szt., Pomidor b/skórki 60g, kawa zbożowa z mlekiem (1b,1c,7) 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem (1a,7,9,10) 350ml, Ziemniaki gotowane 180g, Bitka schabowa w sosie własnym (1a,7,9,10) 100/50g, Buraczki na ciepło (1a) 150g, Kompot z jabłkami 250ml ,	Chleb pszenny (1a) 90g, margaryna Rama 20g', Szynka delikatesowa drobiowa 80g, Serki Haga (7) 2 szt., Roszponka 20 g, herbata czarna 250ml*
II Śniadanie: Sok marchew-jabłko 200ml,	Podwieczorek: Kisiel o sm. cytrynowym 200ml,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2396.70 kcal; Białko ogółem: 136.23 g; Węglowodany ogółem: 320.08 g; suma cukrów prostych: 132.34 g; Tłuszcz: 67.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.75 g; Błonnik pokarmowy: 18.80 g; Sól: 5.47 g;

niedziela 2025-04-27		
Jadłospis dla diety: MSWiA - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
serek homogenizowany waniliowy (7) 150g, Chleb pszenny (1a) 90g, masło (7) 15g, szynka gotowana (1a,3,6,7,9,10) 80g, Ser biały (7) 40g, miód 1 szt., Pomidor b/skórki 60g, kawa zbożowa z mlekiem (1b,1c,7) 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem (1a,7,9,10) 350ml, Ziemniaki gotowane 180g, Bitka schabowa w sosie własnym (1a,7,9,10) 100/50g, Buraczki na ciepło (1a) 150g, Kompot z jabłkami 250ml ,	Chleb pszenny (1a) 90g, margaryna Rama 20g', Szynka delikatesowa drobiowa 80g, Serki Haga (7) 2 szt., Roszponka 20 g, herbata czarna 250ml*
II Śniadanie: Sok marchew-jabłko 200ml,	Podwieczorek: Kisiel o sm. cytrynowym 200ml,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2396.70 kcal; Białko ogółem: 136.23 g; Węglowodany ogółem: 320.08 g; suma cukrów prostych: 132.34 g; Tłuszcz: 67.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.75 g; Błonnik pokarmowy: 18.80 g; Sól: 5.47 g;

niedziela 2025-04-27		
Jadłospis dla diety: MSWiA - Cukrzycowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		

Jadłospisy dla oddziałów

Serek homogenizowany naturalny (7) 150g, Chleb graham + chleb żytni (1a,1b) 90g, masło (7) 15g, szynka gotowana (1a,3,6,7,9,10) 80g, Ser biały (7) 40g, Szczypiorek 10g, pomidor 60g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem (1a,7,9,10) 350ml, ziemniaki gotowane 150g, Bitka schabowa w sosie własnym (1a,7,9,10) 100/50g, Sałatka z ogórka kiszzonego i marchewki (10) 100g*, Buraczki na ciepło (1a) 60g, Kompot z jabłkami b/c 250ml ,	chleb graham (1a) 90g, margaryna Rama 20g', Pasta z fasoli (9)100g, Serki Haga (7) 2 szt., Rzodkiewka 60g, herbata czarna b/c 250ml* ,
II Śniadanie: Orzechy włoskie (8c) 35g,	Podwieczorek: mandarynki 2 szt.,	Posiłek nocny: chleb graham (1a) 50g, masło (7) 10g, Szynka rodzinna z kurcząt 30 g, Roszponka 5g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2608.35 kcal; Białko ogółem: 129.66 g; Węglowodany ogółem: 290.74 g; suma cukrów prostych: 48.72 g; Tłuszcz: 105.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.29 g; Błonnik pokarmowy: 41.56 g; Sól: 5.76 g;

niedziela 2025-04-27 Jadłospis dla diety: MSWiA - Bogatobiałkowa		
serek homogenizowany waniliowy (7) 150g, Chleb pszenny (1a) 90g, masło (7) 15g, szynka gotowana (1a,3,6,7,9,10) 80g, Ser biały (7) 40g, miód 1 szt., Pomidor b/skórki 60g, kawa zbożowa z mlekiem (1b,1c,7) 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem (1a,7,9,10) 350ml, Ziemniaki gotowane 180g, Bitka schabowa w sosie własnym (1a,7,9,10) 100/50g, Buraczki na ciepło (1a) 150g, Kompot z jabłkami 250ml ,	Chleb pszenny (1a) 90g, margaryna Rama 20g', Szynka delikatesowa drobiowa 80g, Serki Haga (7) 2 szt., Roszponka 20 g, herbata czarna 250ml* ,
II Śniadanie: Sok marchew-jabłko 200ml,	Podwieczorek: Kisiel o sm. cytrynowym 200ml,	Posiłek nocny: jogurt naturalny (7) 150 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2486.70 kcal; Białko ogółem: 142.68 g; Węglowodany ogółem: 329.38 g; suma cukrów prostych: 138.64 g; Tłuszcz: 70.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.54 g; Błonnik pokarmowy: 18.80 g; Sól: 5.71 g;

niedziela 2025-04-27 Jadłospis dla diety: MSWiA - Płynna		
Kasza kukurydziana na wywarze+masło+mięso (7,9) 500ml, herbata czarna 250ml*	Zupa pomidorowa z ryżem + mięso (1a,9,10) 500ml, Kompot z jabłkami 250ml ,	Zupa ziemniaczana+mięso (9) 500g, herbata czarna 250ml* ,
II Śniadanie: Sok marchew-jabłko 200ml,	Podwieczorek: Kisiel o sm. cytrynowym 200ml,	Posiłek nocny: jogurt naturalny (7) 150 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1897.49 kcal; Białko ogółem: 89.77 g; Węglowodany ogółem: 255.44 g; suma cukrów prostych: 83.02 g; Tłuszcz: 61.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.61 g; Błonnik pokarmowy: 19.85 g; Sól: 2.27 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MSWiA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-04-28Jadłospis dla diety: MSWiA - Podstawowa		
Zupa mleczna z makaronem (1a,3,7) 250g, Bułka z ziarnami + chleb pszenno-żytni (1a,1b) 90g, masło (7) 15g, Kurczak w galarecie (9) 150g, ser żółty (7) 40g*, Papryka czerwona 60g, Kakao z mlekiem bez cukru (7) 250ml	Żurek z ziemniakami (1a,7,9,10) 350ml, Kasza pęczak (1c) 180g, Gulasz drob-wieprz po węgiersku (1a,9,10) 180g, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 150g, WODA 500ML,	Chleb pszenno-żytni (1a,1b) 90g , margaryna Rama 20g', Pasta z dorsza (4,9) 100g, Serek kanapkowy ze szczypiorkiem (7) 50g, ogórek 60g, herbata czarna 250ml*
II Śniadanie: Gruszka 1szt,	Podwieczorek: Herbatniki (1a,3,7) 30g-2szt.,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2382.67 kcal; Białko ogółem: 121.13 g; Węglowodany ogółem: 313.24 g; suma cukrów prostych: 80.00 g; Tłuszcz: 78.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.15 g; Błonnik pokarmowy: 29.01 g; Sól: 7.14 g;

poniedziałek 2025-04-28Jadłospis dla diety: MSWiA - Łatwostrawna		
Zupa mleczna z makaronem (1a,3,7) 250g, Bułka kajzerka + chleb pszenny (1a) 90g, masło (7) 15g, Kurczak w galarecie (9) 150g, Serek śmietankowy Almette (7) 30g, Sałata lodowa 50g, Kakao z mlekiem bez cukru (7) 250ml	Żurek z ziemniakami (1a,7,9,10) 350ml, kasza jęczmienna gotowana (1c) 180 g, Gulasz wieprzowo-drobiowy (1a,9,10) 180g, brokuł gotowany 150g, WODA 500ML,	Chleb pszenny (1a) 90g, margaryna Rama 20g', Pasta z dorsza (4,9) 100g, Serek kanapkowy z ziołami (7) 50g, Marchew w plastrach na parze 60g, herbata czarna 250ml*
II Śniadanie: Banan 1 szt.,	Podwieczorek: Herbatniki (1a,3,7) 30g-2szt.,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2228.72 kcal; Białko ogółem: 105.73 g; Węglowodany ogółem: 316.95 g; suma cukrów prostych: 84.60 g; Tłuszcz: 65.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.43 g; Błonnik pokarmowy: 23.96 g; Sól: 5.88 g;

poniedziałek 2025-04-28Jadłospis dla diety: MSWiA - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa mleczna z makaronem (1a,3,7) 250g, Bułka kajzerka + chleb pszenny (1a) 90g, masło (7) 15g, Kurczak w galarecie (9) 150g, Serek śmietankowy Almette (7) 30g, Sałata lodowa 50g, Kakao z mlekiem bez cukru (7) 250ml	Żurek z ziemniakami (1a,7,9,10) 350ml, kasza jęczmienna gotowana (1c) 180 g, Gulasz wieprzowo-drobiowy (1a,9,10) 180g, brokuł gotowany 150g, WODA 500ML,	Chleb pszenny (1a) 90g, margaryna Rama 20g', Pasta z dorsza (4,9) 100g, Serek kanapkowy z ziołami (7) 50g, Marchew w plastrach na parze 60g, herbata czarna 250ml*
II Śniadanie: Banan 1 szt.,	Podwieczorek: Herbatniki (1a,3,7) 30g-2szt.,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2228.72 kcal; Białko ogółem: 105.73 g; Węglowodany ogółem: 316.95 g; suma cukrów prostych: 84.60 g; Tłuszcz: 65.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.43 g; Błonnik pokarmowy: 23.96 g; Sól: 5.88 g;

poniedziałek 2025-04-28Jadłospis dla diety: MSWiA - Cukrzycowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Bułka z ziarnami + chleb razowy żytni (1b) 90g, masło (7) 15g, Kurczak w galarecie (9) 150g, ser żółty (7) 40g*, Papryka czerwona 60g, Herbata czarna b/c 250ml	Żurek z ziemniakami (1a,7,9,10) 350ml, Kasza pęczak (1c) 150g, Gulasz drob-wieprz po węgiersku (1a,9,10) 180g, Surówka z kapusty pekińskiej 100g, brokuł gotowany 50g, WODA 500ML,	chleb graham (1a) 90g, margaryna Rama 20g', Pasta z dorsza (4,9) 100g, Serek kanapkowy ze szczypiorkiem (7) 50g, ogórek 60g, herbata czarna b/c 250ml*
II Śniadanie: Gruszka 1szt,	Podwieczorek: Kefir (7) 150g - 1szt.,	Posiłek nocny: chleb graham (1a) 50g, masło (7) 10g, Jajko gotowane (3) L - 1 szt. , Rukola 5g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2298.75 kcal; Białko ogółem: 120.87 g; Węglowodany ogółem: 275.63 g; suma cukrów prostych: 46.20 g; Tłuszcz: 82.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.78 g; Błonnik pokarmowy: 35.53 g; Sól: 6.33 g;

poniedziałek 2025-04-28			Jadłospis dla diety: MSWiA - Bogatobiałkowa		
Zupa mleczna z makaronem (1a,3,7) 250g, Bułka kajzerka + chleb pszenny (1a) 90g, masło (7) 15g, Serek śmietankowy Almette (7) 30g, Kurczak w galarecie (9) 150g, Sałata lodowa 50g, Kakao z mlekiem bez cukru (7) 250ml	Żurek z ziemniakami (1a,7,9,10) 350ml, kasza jęczmienna gotowana (1c) 180 g, Gulasz wieprzowo-drobiowy (1a,9,10) 180g, brokuł gotowany 150g, WODA 500ML,	Chleb pszenny (1a) 90g, margaryna Rama 20g', Pasta z dorsza (4,9) 100g, Serek kanapkowy z ziołami (7) 50g, Marchew w plastrach na parze 60g, herbata czarna 250ml*			
II Śniadanie: Banan 1 szt.,	Podwieczorek: Herbatniki (1a,3,7) 30g-2szt.,	Posiłek nocny: Maślanka (7) 330ml,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2350.82 kcal; Białko ogółem: 116.95 g; Węglowodany ogółem: 332.46 g; suma cukrów prostych: 100.11 g; Tłuszcz: 66.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.55 g; Błonnik pokarmowy: 23.96 g; Sól: 6.38 g;

poniedziałek 2025-04-28			Jadłospis dla diety: MSWiA - Płynna		
Makaron na wywarze+masło+mięso (7,9) 500ml, herbata czarna 250ml*	Zupa koperkowa z ziemniakami+ mięso (1a,9) 500ml, WODA 500ML,	Zupa jarzynowa z ziemniakami+mięso (1a,9) 500g, herbata czarna 250ml*			
II Śniadanie: Mus: jabłko, banan 100 g,	Podwieczorek: Kefir (7) 150g - 1szt.,	Posiłek nocny: Maślanka (7) 330ml,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1565.59 kcal; Białko ogółem: 108.52 g; Węglowodany ogółem: 143.04 g; suma cukrów prostych: 52.01 g; Tłuszcz: 64.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.62 g; Błonnik pokarmowy: 13.08 g; Sól: 2.97 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MSWiA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
wtorek 2025-04-29 Jadłospis dla diety: MSWiA - Podstawowa		
Pudding waniliowo-czekoladowy (7) 125g, Chleb pszenno-żytni (1a,1b) 90g , masło (7) 15g, Parówki z indyka (6,9,10) 2szt., Musztarda (10) 15g, Serki Haga (7) 2 szt., Pomidorki koktajlowe 60 g, kawa zbożowa z mlekiem (1b,1c,7) 250ml ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (1a,7,9,10) 350ml, Pierogi z mięsem (1a,3) 350g, Surówka coleslaw (3,7,9,10) 150g, Kompot z jabłkami 250ml ,	Chleb pszenno-żytni (1a,1b) 90g , margaryna Rama 20g', Sałatka z ciecierzycą, rukolą, sałatą i papryką czerwona 120g, Schabowa kanapkowa (1a,3,6,7,9,10) 30g, Rzodkiewka 60g, herbata czarna 250ml* ,
II Śniadanie: jabłko 1szt.,	Podwieczorek: Galaretka 175g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2736.82 kcal; Białko ogółem: 111.35 g; Węglowodany ogółem: 300.70 g; suma cukrów prostych: 88.73 g; Tłuszcz: 125.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.67 g; Błonnik pokarmowy: 25.75 g; Sól: 5.54 g;

wtorek 2025-04-29 Jadłospis dla diety: MSWiA - Łatwostrawna		
Jogurt owocowy (7) 150g, Chleb pszenny (1a) 90g, masło (7) 15g, Parówki z indyka (6,9,10) 2szt., Ketchup (9) 15g, Serki Haga (7) 2 szt., Pomidor b/skórki 60g, kawa zbożowa z mlekiem (1b,1c,7) 250ml ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (1a,7,9,10) 350ml, Pierogi z mięsem (1a,3) 350g, Cukinia gotowana 150g, Kompot z jabłkami 250ml ,	Chleb pszenny (1a) 90g, margaryna Rama 20g', Schabowa kanapkowa (1a,3,6,7,9,10) 80g, Pasta jarzynowa (9,10) 50g , Roszponka 20 g, herbata czarna 250ml* ,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1 szt,	Podwieczorek: Galaretka 175g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2544.15 kcal; Białko ogółem: 111.09 g; Węglowodany ogółem: 287.08 g; suma cukrów prostych: 82.69 g; Tłuszcz: 109.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.23 g; Błonnik pokarmowy: 18.98 g; Sól: 6.03 g;

wtorek 2025-04-29 Jadłospis dla diety: MSWiA - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Jogurt owocowy (7) 150g, Chleb pszenny (1a) 90g, masło (7) 15g, Parówki z indyka (6,9,10) 2szt., Ketchup (9) 15g, Serki Haga (7) 2 szt., Pomidor b/skórki 60g, kawa zbożowa z mlekiem (1b,1c,7) 250ml ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (1a,7,9,10) 350ml, Pierogi z mięsem (1a,3) 350g, Cukinia gotowana 150g, Kompot z jabłkami 250ml ,	Chleb pszenny (1a) 90g, margaryna Rama 20g', Schabowa kanapkowa (1a,3,6,7,9,10) 80g, Pasta jarzynowa (9,10) 50g , Roszponka 20 g, herbata czarna 250ml* ,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1 szt,	Podwieczorek: Galaretka 175g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2544.15 kcal; Białko ogółem: 111.09 g; Węglowodany ogółem: 287.08 g; suma cukrów prostych: 82.69 g; Tłuszcz: 109.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.23 g; Błonnik pokarmowy: 18.98 g; Sól: 6.03 g;

wtorek 2025-04-29 Jadłospis dla diety: MSWiA - Cukrzycowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

jogurt naturalny (7) 150 g, Chleb graham + chleb żytni (1a,1b) 90g, masło (7) 15g, Parówki z indyka (6,9,10) 2szt., Musztarda (10) 15g, Serki Haga (7) 2 szt., Pomidorki koktajlowe 60 g, herbata czarna b/c 250ml*	Barszcz czerwony z ziemniakami (1a,7,9,10) 350ml, Pierogi z mięsem (1a,3) 350g, Surówka coleslaw (3,7,9,10) 100g, Cukinia gotowana 50g, Kompot z jabłkami b/c 250ml ,	chleb graham (1a) 90g, margaryna Rama 20g', Sałatka z ciecierzycą, rukolą, sałatą i papryką czerwoną 120g, Schabowa kanapkowa (1a,3,6,7,9,10) 30g, Rzodkiewka 60g, herbata czarna b/c 250ml*
II Śniadanie: jabłko 1szt.,	Podwieczorek: Mix orzechów (5,8a,8d,11) 35g,	Posiłek nocny: chleb graham (1a) 50g, masło (7) 10g, Pasta jarzynowa (9,10) 30g, Roszponka 5g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2959.45 kcal; Białko ogółem: 114.99 g; Węglowodany ogółem: 297.50 g; suma cukrów prostych: 44.16 g; Tłuszcz: 144.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.16 g; Błonnik pokarmowy: 39.35 g; Sól: 5.04 g;

wtorek 2025-04-29 Jadłospis dla diety: MSWiA - Bogatobiałkowa		
Jogurt owocowy (7) 150g, Chleb pszenny (1a) 90g, masło (7) 15g, Parówki z indyka (6,9,10) 2szt., Ketchup (9) 15g, Serki Haga (7) 2 szt., Pomidor b/skórki 60g, kawa zbożowa z mlekiem (1b,1c,7) 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (1a,7,9,10) 350ml, Pierogi z mięsem (1a,3) 350g, Cukinia gotowana 150g, Kompot z jabłkami 250ml ,	Chleb pszenny (1a) 90g, margaryna Rama 20g', Pasta jarzynowa (9,10) 50g , Schabowa kanapkowa (1a,3,6,7,9,10) 80g, Roszponka 20 g, herbata czarna 250ml*
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1 szt,	Podwieczorek: Galaretką 175g ,	Posiłek nocny: serek homogenizowany waniliowy (7) 150g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2781.15 kcal; Białko ogółem: 136.29 g; Węglowodany ogółem: 307.03 g; suma cukrów prostych: 102.04 g; Tłuszcz: 115.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.01 g; Błonnik pokarmowy: 18.98 g; Sól: 6.18 g;

wtorek 2025-04-29 Jadłospis dla diety: MSWiA - Płynna		
Kasza kukurydziana na wywarze+masło+mięso (7,9) 500ml, herbata czarna 250ml*	Zupa barszcz czerw.z ziemniakami+mięso 500g, Kompot z jabłkami 250ml ,	Kasza kuskus na wywarze+mięso (1a,9) 500g, herbata czarna 250ml*
II Śniadanie: Jogurt owocowy (7) 150g,	Podwieczorek: Galaretką 175g ,	Posiłek nocny: serek homogenizowany waniliowy (7) 150g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2059.50 kcal; Białko ogółem: 128.64 g; Węglowodany ogółem: 187.65 g; suma cukrów prostych: 75.94 g; Tłuszcz: 89.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.06 g; Błonnik pokarmowy: 12.03 g; Sól: 2.20 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MSWiA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-04-30		
Jadłospis dla diety: MSWiA - Podstawowa		
Kasza manna na mleku (1a,7) 250 g, Bułka z ziarnami + chleb pszenno-żytni (1a,1b) 90g, masło (7) 15g, Szynka premium konserwowa (1a,6) 30g, Pasta z jaj z majonezem (3,10) 100g, Papryka 60g', Kakao z mlekiem bez cukru (7) 250ml	Zupa kalafiorowa (1a,7,9,10) 350ml, Ziemniaki gotowane 180g, Filet z kurczaka smażony (1a,3,9,10) 110g, Surówka z marchwi i jabłka (drobno starta) 150g, WODA 500ML,	Chleb pszenno-żytni (1a,1b) 90g , margaryna Rama 20g', Kielbasa krakowska (1a,6) 80g, Serek śmietankowy Almette (7) 30g, ogórek kiszony (10) 60g, herbata czarna 250ml*
II Śniadanie: mandarynki 2 szt.,	Podwieczorek: Arbut 150g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2515.04 kcal; Białko ogółem: 121.53 g; Węglowodany ogółem: 304.06 g; suma cukrów prostych: 77.34 g; Tłuszcz: 96.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.41 g; Błonnik pokarmowy: 29.40 g; Sól: 8.65 g;

środa 2025-04-30		
Jadłospis dla diety: MSWiA - Łatwostrawna		
Kasza manna na mleku (1a,7) 250 g, Bułka kajzerka + chleb pszenny (1a) 90g, masło (7) 15g, Szynka premium konserwowa (1a,6) 30g, Pasta z białka z koperkiem (3) 100g, Marchew mini gotowana 60g, Kakao z mlekiem bez cukru (7) 250ml	Zupa kalafiorowa (1a,7,9,10) 350ml, Ziemniaki gotowane 180g, Bitka drobiowa duszona w sosie (1a,9,10) 100/50g, Surówka z marchwi i jabłka (drobno starta) 150g, WODA 500ML,	Chleb pszenny (1a) 90g, margaryna Rama 20g', Szynkowa dębowa wieprzowa 80g, Serek śmietankowy Almette (7) 30g, Rukola 20g, herbata czarna 250ml*
II Śniadanie: Mus: jabłko, banan 100 g,	Podwieczorek: Budyń o sm. waniliowym (7) 200g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2167.91 kcal; Białko ogółem: 112.94 g; Węglowodany ogółem: 304.57 g; suma cukrów prostych: 79.34 g; Tłuszcz: 60.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.16 g; Błonnik pokarmowy: 24.50 g; Sól: 6.96 g;

środa 2025-04-30		
Jadłospis dla diety: MSWiA - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kasza manna na mleku (1a,7) 250 g, Bułka kajzerka + chleb pszenny (1a) 90g, masło (7) 15g, Szynka premium konserwowa (1a,6) 30g, Pasta z białka z koperkiem (3) 100g, Marchew mini gotowana 60g, Kakao z mlekiem bez cukru (7) 250ml	Zupa kalafiorowa (1a,7,9,10) 350ml, Ziemniaki gotowane 180g, Bitka drobiowa duszona w sosie (1a,9,10) 100/50g, Surówka z marchwi i jabłka (drobno starta) 150g, WODA 500ML,	Chleb pszenny (1a) 90g, margaryna Rama 20g', Szynkowa dębowa wieprzowa 80g, Serek śmietankowy Almette (7) 30g, Rukola 20g, herbata czarna 250ml*
II Śniadanie: Mus: jabłko, banan 100 g,	Podwieczorek: Budyń o sm. waniliowym (7) 200g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2167.91 kcal; Białko ogółem: 112.94 g; Węglowodany ogółem: 304.57 g; suma cukrów prostych: 79.34 g; Tłuszcz: 60.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.16 g; Błonnik pokarmowy: 24.50 g; Sól: 6.96 g;

środa 2025-04-30		
Jadłospis dla diety: MSWiA - Cukrzycowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		

Jadłospisy dla oddziałów

Bułka z ziarnami + chleb razowy żytni (1b) 90g, masło (7) 15g, Szynka premium konserwowa (1a,6) 30g, Pasta z jaj z majonezem (3,10) 100g, Papryka 60g', herbata czarna b/c 250ml*	Zupa kalafiorowa (1a,7,9,10) 350ml, ziemniaki gotowane 150g, Bitka drobiowa duszona w sosie (1a,9,10) 100/50g, Surówka z marchwi i jabłka 100g**, Fasolka szparagowa gotowana 50g, WODA 500ML,	chleb graham (1a) 90g, margaryna Rama 20g', Kielbasa krakowska (1a,6) 80g, Serek śmietankowy Almette (7) 30g, ogórek kiszony (10) 60g, herbata czarna b/c 250ml*
II Śniadanie: mandarynki 2 szt.,	Podwieczorek: Budyń o sm. waniliowym (7) b/c 200g,	Posiłek nocny: chleb graham (1a) 50g, masło (7) 10g, Pasta z fasoli (9) 30g, Rukola 5g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2375.90 kcal; Białko ogółem: 117.51 g; Węglowodany ogółem: 281.35 g; suma cukrów prostych: 48.65 g; Tłuszcz: 90.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.79 g; Błonnik pokarmowy: 38.07 g; Sól: 7.35 g;

środa 2025-04-30		Jadłospis dla diety: MSWiA - Bogatobiałkowa	
Kasza manna na mleku (1a,7) 250 g, Bułka kajzerka + chleb pszenny (1a) 90g, masło (7) 15g, Szynka premium konserwowa (1a,6) 30g, Pasta z białka z koperkiem (3) 100g, Marchew mini gotowana 60g, Kakao z mlekiem bez cukru (7) 250ml	Zupa kalafiorowa (1a,7,9,10) 350ml, Ziemniaki gotowane 180g, Bitka drobiowa duszona w sosie (1a,9,10) 100/50g, Surówka z marchwi i jabłka (drobno starta) 150g, WODA 500ML,	Chleb pszenny (1a) 90g, margaryna Rama 20g', Szynkowa dębowa wieprzowa 80g, Serek śmietankowy Almette (7) 30g, Rukola 20g, herbata czarna 250ml*	
II Śniadanie: Mus: jabłko, banan 100 g,	Podwieczorek: Budyń o sm. waniliowym (7) 200g,	Posiłek nocny: Maślanka (7) 330ml,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2290.01 kcal; Białko ogółem: 124.16 g; Węglowodany ogółem: 320.08 g; suma cukrów prostych: 94.85 g; Tłuszcz: 61.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.28 g; Błonnik pokarmowy: 24.50 g; Sól: 7.46 g;

środa 2025-04-30		Jadłospis dla diety: MSWiA - Płynna	
kasza manna na wywarze+masło+mięso (1a,7,9) 500g, herbata czarna 250ml*	Zupa kalafiorowa + mięso (9,10) 500ml, WODA 500ML,	Zupa ryżowa + mięso (9) 500ml, herbata czarna 250ml*	
II Śniadanie: Mus: jabłko, banan 100 g,	Podwieczorek: Budyń o sm. waniliowym (7) 200g,	Posiłek nocny: Maślanka (7) 330ml,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1735.60 kcal; Białko ogółem: 99.88 g; Węglowodany ogółem: 190.25 g; suma cukrów prostych: 66.36 g; Tłuszcz: 66.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.53 g; Błonnik pokarmowy: 14.46 g; Sól: 3.96 g;

Oznaczenia alergenów:

- 1** - Zboża zawierające gluten:
 - 1a** - gluten pszenica
 - 1b** - gluten żyto
 - 1c** - gluten jęczmień
 - 1d** - gluten owies
 - 1e** - gluten orkisz
 - 1f** - gluten kamut
- 2** - Skorupiaki i pochodne,
- 3** - Jaja i pochodne,
- 4** - Ryby i pochodne,
- 5** - Orzeszki ziemne i pochodne,
- 6** - Soja i pochodne,
- 7** - Mleko i pochodne,
- 8** - Orzechy:
 - 8a** - migdały (*Amygdalus communis* L.)
 - 8b** - orzechy laskowe (*Corylus avellana*)
 - 8c** - orzechy włoskie (*Juglans regia*)
 - 8d** - orzechy nerkowca (*Anacardium occidentale*)
 - 8e** - orzechy pekan (*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch)
 - 8f** - orzechy brazylijskie (*Bertholletia excelsa*)
 - 8g** - pistacje/orzechy pistacjowe (*Pistacia vera*)
 - 8h** - orzechy makadamia lub orzechy Queensland (*Macadamia ternifolia*)
- 9** - Seler i pochodne,
- 10** - Gorczyca i pochodne,
- 11** - Nasiona sezamu i pochodne,
- 12** - Dwutlenek siarki, siarczyny,
- 13** - Łubin i pochodne,
- 14** - Mięczaki i pochodne,