

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MSWiA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-04-02		
Dieta: BOGATOBIAŁKOWA (D07)		
Płatki jaglane na mleku 250 g (MLE), Chleb pszenny 90 g (GLU pszen), Masło 15 g (MLE), Sznoka konserwowa wieprzowa 70 g , Serek kanapkowy haga 2 szt (MLE), Pomidor bez skóry 60 g , Kawa z mlekiem 250 g (GLU pszen, MLE), II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g ,	Zupa krem z cukinii + groszek ptysiowy 350 g (GLU pszen, SEL), Łazanki z kurczakiem i szpinakiem 350 g (GLU pszen), Brokuły na parze 150 g , Kompot truskawkowy bez cukru 250 g , Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym 200 g (MLE),	Chleb pszen 90 g (GLU pszen), Masło 15 g (MLE), Twarożek domowy 150 g , Sznoka delikatesowa drobiowa 30 g , Sałata mix 20 g , Herbata bez cukru 250 g , Posiłek nocny: Mleko smakowe 200 g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia : 2516.14 kcal; Białko ogółem: 127.37 g; Tłuszcz: 89.86 g; Węglowodany ogółem: 312.82 g; Błonnik pokarmowy: 20.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.15 g; Sód: 2588.33 mg; WW: 31.57 Por; Cukry: 37.33 g;		
czwartek 2026-04-02		
Dieta: PŁYNNA WZMOCNIONA (D12)		
Płatki jęczmienne na wywarze+ mięso 500 ml (GLU pszen, SEL), Kawa z mlekiem 250 g (GLU pszen, MLE), II Śniadanie: Mus jabłkowy 1 szt 100 g ,	Zupa cukiniowa+mięso 500 ml , Kompot truskawkowy bez cukru 250 g , Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym 200 g (MLE),	Zupa ryżowa + mięso 500 g (SEL), Herbata bez cukru 250 g , Posiłek nocny: Mleko smakowe 200 g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia : 1238.78 kcal; Białko ogółem: 75.74 g; Tłuszcz: 38.11 g; Węglowodany ogółem: 157.85 g; Błonnik pokarmowy: 11.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.35 g; Sód: 1315.87 mg; WW: 15.83 Por; Cukry: 32.24 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MSWiA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-04-03		
Dieta: PODSTAWOWA (D01)		
Maślanka naturalna 200 ml , Bułka z ziarnami + chleb żytni 90 g (GLU żyt), Masło 15 g (MLE), Hummus 80 g (ZIA), Ser żółty 30 g (MLE), Pomidor 60 g , Kakao bez cukru 250 g (MLE), Szczypiorek 5 g , II Śniadanie: Mandarynka 2 szt ,	Zupa barszcz czerwony 350 g (MLE, SEL), Dorsz smażony w panierce 120 g (GLU pszen, JAJ, RYB), Ziemniaki gotowane 180 g , Surówka z kapusty białej 150 g , Kompot jabłkowy bez cukru 250 g , Podwieczorek: Herbatniki 2 szt 30 g (GLU pszen, JAJ, MLE),	Chleb pszenno-żytni 90 g (GLU pszen, GLU żyt), Masło 15 g (MLE), Serek wiejski 150 g (MLE), Dżem 2 szt , Rzodkiewka 60 g , Herbata bez cukru 250 g , Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150 g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia : 2759.03 kcal; Białko ogółem: 113.57 g; Tłuszcz: 99.00 g; Węglowodany ogółem: 371.37 g; Błonnik pokarmowy: 40.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.15 g; Sód: 3353.88 mg; WW: 37.18 Por; Cukry: 79.37 g;		
piątek 2026-04-03		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA (D02)		
Maślanka naturalna 200 ml , Kajzerka + Chleb pszenny 90 g (GLU pszen), Masło 15 g (MLE), Serek ziołowy w plastrach 4 szt. 80 g (MLE), Pasta warzywna z dynią 50 g , Pomidor bez skóry 60 g , Kakao bez cukru 250 g (MLE), II Śniadanie: Mus owocowo-warzywny 1 szt 100 g ,	Zupa barszcz czerwony 350 g (MLE, SEL), Dorsz gotowany w sosie maślano-cytrynowym 110/50 g 160 g (GLU pszen, RYB, MLE), Ziemniaki gotowane 180 g , Sałata lodowa z sosem winegret 150 g , Kompot jabłkowy bez cukru 250 g , Podwieczorek: Herbatniki 2 szt 30 g (GLU pszen, JAJ, MLE),	Chleb pszenny 90 g (GLU pszen), Masło 15 g (MLE), Serek wiejski 150 g (MLE), Dżem 2 szt , Marchewka gotowana plastry 60 g , Herbata bez cukru 250 g , Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150 g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia : 2260.83 kcal; Białko ogółem: 96.88 g; Tłuszcz: 75.89 g; Węglowodany ogółem: 342.22 g; Błonnik pokarmowy: 26.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.10 g; Sód: 2532.27 mg; WW: 34.46 Por; Cukry: 61.87 g;		
piątek 2026-04-03		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)		
Maślanka naturalna 200 ml , Bułka z ziarnami + chleb żytni 90 g (GLU żyt), Masło 15 g (MLE), Pasta z jaj z majonezem 80 g (GLU pszen, JAJ, GOR), Ser żółty 30 g (MLE), Pomidor 60 g , Szczypiorek 5 g , Herbata bez cukru 250 g , II Śniadanie: Mandarynka 2 szt ,	Zupa barszcz czerwony 350 g (MLE, SEL), Dorsz gotowany w sosie maślano-cytrynowym 110/50 g 160 g (GLU pszen, RYB, MLE), Ziemniaki 150 g , Surówka z kapusty białej 100 g , Dynia na ciepło na parze 50 g , Kompot jabłkowy bez cukru 250 g , Podwieczorek: Orzechy włoskie 35 g (ORZ WŁ),	Chleb graham 90 g (GLU pszen), Masło 15 g (MLE), Serek wiejski 150 g (MLE), Pasta z zielonego groszku 50 g , Rzodkiewka 60 g , Herbata bez cukru 250 g , Posiłek nocny: Chleb graham 50 g (GLU pszen), Masło 10 g (MLE), Serek kanapkowy kiri 1 szt , Roszponka 5 g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2595.08 kcal; Białko ogółem: 115.92 g; Tłuszcz: 115.04 g; Węglowodany ogółem: 292.33 g; Błonnik pokarmowy: 44.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.98 g; Sód: 2726.55 mg; WW: 29.32 Por; Cukry: 39.67 g;		
piątek 2026-04-03		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)		
Maślanka naturalna 200 ml , Kajzerka + Chleb pszenny 90 g (GLU pszen), Masło 15 g (MLE), Pasta warzywna z dynią 50 g , Serek ziołowy w plastrach 4 szt. 80 g (MLE), Pomidor bez skóry 60 g , Kakao bez cukru 250 g (MLE), II Śniadanie: Mus owocowo-warzywny 1 szt 100 g ,	Zupa barszcz czerwony 350 g (MLE, SEL), Dorsz gotowany w sosie maślano-cytrynowym 110/50 g 160 g (GLU pszen, RYB, MLE), Sałata lodowa z sosem winegret 150 g , Kompot jabłkowy bez cukru 250 g , Podwieczorek: Herbatniki 2 szt 30 g (GLU pszen, JAJ, MLE),	Chleb pszenny 90 g (GLU pszen), Masło 15 g (MLE), Serek wiejski 150 g (MLE), Dżem 2 szt , Marchewka gotowana plastry 60 g , Herbata bez cukru 250 g , Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150 g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia : 2107.83 kcal; Białko ogółem: 93.46 g; Tłuszcz: 75.71 g; Węglowodany ogółem: 305.32 g; Błonnik pokarmowy: 23.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.08 g; Sód: 2325.42 mg; WW: 30.68 Por; Cukry: 61.33 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MSWiA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-04-03		
Dieta: BOGATOBIAŁKOWA (D07)		
Maślanka naturalna 200 ml , Kajzerka + Chleb pszenney 90 g (GLU pszen), Masło 15 g (MLE), Pasta warzywna z dynią 50 g , Serek ziołowy w plastrach 4 szt. 80 g (MLE), Pomidor bez skóry 60 g , Kakao bez cukru 250 g (MLE), II Śniadanie: Mus owocowy 1 szt ,	Zupa barszcz czerwony 350 g (MLE, SEL), Dorsz gotowany w sosie maślano-cytrynowym 110/50 g 160 g (GLU pszen, RYB, MLE), Sałata lodowa z sosem winegret 150 g , Kompot jabłkowy bez cukru 250 g , Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 150 g (MLE),	Chleb pszenney 90 g (GLU pszen), Masło 15 g (MLE), Szynkowa dębowa wieprzowa 70 g , Serek kanapkowy kiri 2 szt , Marchewka gotowana plastry 60 g , Herbata bez cukru 250 g , Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150 g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia : 2111.43 kcal; Białko ogółem: 104.04 g; Tłuszcz: 88.15 g; Węglowodany ogółem: 267.24 g; Błonnik pokarmowy: 23.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.60 g; Sód: 2705.74 mg; WW: 26.99 Por; Cukry: 41.33 g;		
piątek 2026-04-03		
Dieta: PŁYNNA WZMOCNIONA (D12)		
Kasza kukurydziana na wywarze + mięso 500 g (SEL), Kakao bez cukru 250 g (MLE), II Śniadanie: Maślanka naturalna 200 ml ,	Zupa barszcz czerwony+ mięso 500 g (SEL), Kompot jabłkowy bez cukru 250 g , Podwieczorek: Sok owocowo-warzywny 200 g ,	Zupa ryżowa + mięso 500 g (SEL), Herbata bez cukru 250 g , Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150 g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia : 1662.01 kcal; Białko ogółem: 91.50 g; Tłuszcz: 61.87 g; Węglowodany ogółem: 196.22 g; Błonnik pokarmowy: 17.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.15 g; Sód: 1299.08 mg; WW: 19.81 Por; Cukry: 38.74 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MSWiA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-04-05		
Dieta: PODSTAWOWA (D01)		
Serek homogenizowany truskawkowy 150 g , Chleb pszenno-żytni + chleb żytni 90 g (GLU pszen, GLU żyt), Masło 15 g (MLE), Jajko gotowane kl. L 2 szt (JAJ), Kielbasa Biała 100 g, Ćwikła 50 g, Sałata mix 20 g, Kakao bez cukru 250 g (MLE), Babka piaskowa 150 g (GLU pszen, JAJ), II Śniadanie: Banan 1 szt,	Zupa rosół z makaronem 350 g (GLU pszen, JAJ, SEL), Udko kurczaka pieczone 180 g, Ziemniaki 180 g, Surówka z selera, ananasa i orzechów włoskich 150 g, Kompot jabłkowy bez cukru 250 g, Podwieczerek: Pomarańcza 1 szt,	Chleb pszenno-żytni 90 g (GLU pszen, GLU żyt), Masło 15 g (MLE), Polędwica sopocka 60 g (SOJ), Serek śmietankowy Almette 30 g 1 szt (MLE), Ogórek zielony 60 g, Herbata bez cukru 250 g, Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150 g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia : 3402.45 kcal; Białko ogółem : 150.49 g; Tłuszcz 154.02 g; Węglowodany ogółem : 378.44 g; Błonnik pokarmowy: 28.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 64.72 g; Sód: 4359.33 mg; WW: 37.92 Por; Cukry: 100.92 g;		
niedziela 2026-04-05		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA (D02)		
Serek homogenizowany truskawkowy 150 g , Chleb pszenny 90 g (GLU pszen), Masło 15 g (MLE), Pasta z białek jaja i koperku 80 g (JAJ), Szynka delikatesowa drobiowa 70 g, buraczki gotowane plastry 50 g, Sałata mix 20 g, Kakao bez cukru 250 g (MLE), Babka piaskowa 150 g (GLU pszen, JAJ), II Śniadanie: Banan 1 szt,	Zupa rosół z makaronem 350 g (GLU pszen, JAJ, SEL), Udko kurczaka b/skóry gotowane 180 g, sos jarzynowy 50 g, Ziemniaki 180 g, Bukiet warzyw na parze 150 g, Kompot jabłkowy bez cukru 250 g, Podwieczerek: Sok pomarańczowy 100% b/cukru 200 ml,	Chleb pszenny 90 g (GLU pszen), Masło 15 g (MLE), Polędwica sopocka 60 g (SOJ), Serek śmietankowy Almette 30 g 1 szt (MLE), Roszponka 20 g, Herbata bez cukru 250 g, Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150 g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia : 3409.49 kcal; Białko ogółem : 153.88 g; Tłuszcz 172.54 g; Węglowodany ogółem : 344.99 g; Błonnik pokarmowy: 24.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 67.11 g; Sód: 3443.84 mg; WW: 34.85 Por; Cukry: 85.43 g;		
niedziela 2026-04-05		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)		
Serek homogenizowany naturalny 150 g (MLE), Chleb graham + chleb żytni 90 g (GLU pszen, GLU żyt), Masło 15 g (MLE), Jajko gotowane kl. L 2 szt (JAJ), Kielbasa Biała 100 g, Ćwikła 50 g, Sałata mix 20 g, Herbata bez cukru 250 g, Babka piaskowa 150 g (GLU pszen, JAJ), II Śniadanie: Gruszka 1 szt,	Zupa rosół z makaronem 350 g (GLU pszen, JAJ, SEL), Udko kurczaka pieczone 180 g, Ziemniaki 150 g, Surówka z selera, ananasa i orzechów włoskich 100 g, Bukiet warzyw na parze 50 g, Kompot jabłkowy bez cukru 250 g, Podwieczerek: Pomarańcza 1 szt,	Chleb graham 90 g (GLU pszen), Masło 15 g (MLE), Polędwica sopocka 60 g (SOJ), Serek śmietankowy Almette 30 g 1 szt (MLE), Ogórek zielony 60 g, Herbata bez cukru 250 g, Posiłek nocny: Chleb graham 50 g (GLU pszen), Masło 10 g (MLE), Szynka konserwowa wieprzowa 30 g, Szczypiorek 5 g,
Wartości odżywcze: Energia : 3219.63 kcal; Białko ogółem : 147.92 g; Tłuszcz 154.50 g; Węglowodany ogółem : 336.64 g; Błonnik pokarmowy: 39.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 65.19 g; Sód: 4312.90 mg; WW: 33.62 Por; Cukry: 83.12 g;		
niedziela 2026-04-05		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)		
Serek homogenizowany truskawkowy 150 g , Chleb pszenny 90 g (GLU pszen), Masło 15 g (MLE), Pasta z białek jaja i koperku 80 g (JAJ), Szynka delikatesowa drobiowa 70 g, buraczki gotowane plastry 50 g, Sałata mix 20 g, Kakao bez cukru 250 g (MLE), Babka piaskowa 150 g (GLU pszen, JAJ), II Śniadanie: Banan 1 szt,	Zupa rosół z makaronem 350 g (GLU pszen, JAJ, SEL), Udko kurczaka b/skóry gotowane 180 g, sos jarzynowy 50 g, Ziemniaki 180 g, Bukiet warzyw na parze 150 g, Kompot jabłkowy bez cukru 250 g, Podwieczerek: Sok pomarańczowy 100% b/cukru 200 ml,	Chleb pszenny 90 g (GLU pszen), Masło 15 g (MLE), Polędwica sopocka 60 g (SOJ), Serek śmietankowy Almette 30 g 1 szt (MLE), Roszponka 20 g, Herbata bez cukru 250 g, Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150 g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia : 3409.49 kcal; Białko ogółem : 153.88 g; Tłuszcz 172.54 g; Węglowodany ogółem : 344.99 g; Błonnik pokarmowy: 24.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 67.11 g; Sód: 3443.84 mg; WW: 34.85 Por; Cukry: 85.43 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MSWiA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-04-05		
Dieta: BOGATOBIAŁKOWA (D07)		
Serek homogenizowany truskawkowy 150 g , Chleb pszenny 90 g (GLU pszen), Masło 15 g (MLE), Pasta z białek jaja i koperku 80 g (JAJ), Szynka delikatesowa drobiowa 70 g , buraczki gotowane plastry 50 g , Sałata mix 20 g , Kakao bez cukru 250 g (MLE), Babka piaskowa 150 g (GLU pszen, JAJ), II Śniadanie: Banan 1 szt ,	Zupa rosół z makaronem 350 g (GLU pszen, JAJ, SEL), Udko kurczaka b/skóry gotowane 180 g, sos jarzynowy 50 g , Ziemniaki gotowane 180 g , Bukiet warzyw na parze 150 g , Kompot jabłkowy bez cukru 250 g , Podwieczorek: Sok pomarańczowy 100% b/cukru 200 ml ,	Chleb pszenny 90 g (GLU pszen), Masło 15 g (MLE), Polędwica sopocka 60 g (SOJ), Serek śmietankowy Almette 30 g 1 szt (MLE), Roszponka 20 g , Herbata bez cukru 250 g , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150 g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia : 3409.49 kcal; Białko ogółem: 153.88 g; Tłuszcz 172.54 g; Węglowodany ogółem: 344.99 g; Błonnik pokarmowy: 24.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 67.11 g; Sód: 3443.84 mg; WW: 34.85 Por; Cukry: 85.43 g;		
niedziela 2026-04-05		
Dieta: PŁYNNA WZMOCNIONA (D12)		
Kasza jaglana na wywarze + mięso 500 g (SEL), Kakao bez cukru 250 g (MLE), II Śniadanie: Serek homogenizowany truskawkowy 150 g ,	Zupa makaronowa+mięso 500 g (GLU pszen, JAJ, SEL), Kompot jabłkowy bez cukru 250 g , Podwieczorek: Sok pomarańczowy 100% b/cukru 200 ml ,	Zupa ryżowa + mięso 500 g (SEL), Herbata bez cukru 250 g , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150 g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia : 2048.02 kcal; Białko ogółem: 106.03 g; Tłuszcz 70.01 g; Węglowodany ogółem: 258.79 g; Błonnik pokarmowy: 14.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.28 g; Sód: 1256.84 mg; WW: 25.97 Por; Cukry: 27.67 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MSWiA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-04-06		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)		
Kasza manna na mleku 250 g (GLU pszen, MLE), Kajzerka + Chleb pszen 90 g (GLU pszen), Masło 15 g (MLE), Sałatka jarzynowa z marchewką, białkiem jaj, ziemniakami, pietruszką i sosem jogurtowo-majonezowym 120 g (JAJ, MLE), Schab gotowany 30 g, Pomidor bez skóry 60 g, Kawa z mlekiem 250 g (GLU pszen, MLE), Semik 150 g (MLE), II Śniadanie: Jabłko pieczone z cynamonem 150 g,	Żurek z białkiem jaja 350 g (GLU pszen, JAJ, MLE, SEL), Szynka gotowana w sosie własnym 100/50 g 150 g (GLU pszen), Ziemniaki gotowane 180 g, Buraczki na ciepło gotowane 150 g (GLU pszen), Kompot truskawkowy bez cukru 250 g, Podwieczorek: Mus owocowy 1 szt,	Chleb pszen 90 g (GLU pszen), Masło 15 g (MLE), Galareta drobiowa 150 g (SEL), Serek kanapkowy z ziołami 50 g (MLE), Sałata 20 g, Herbata bez cukru 250 g, Posiłek nocny: Kefir 150 g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia : 2522.26 kcal; Białko ogółem: 142.28 g; Tłuszcz: 76.85 g; Węglowodany ogółem: 366.96 g; Błonnik pokarmowy: 29.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.15 g; Sód: 3067.16 mg; WW: 37.13 Por; Cukry: 28.92 g;		
poniedziałek 2026-04-06		
Dieta: BOGATOBIAŁKOWA (D07)		
Kasza manna na mleku 250 g (GLU pszen, MLE), Kajzerka + Chleb pszen 90 g (GLU pszen), Masło 15 g (MLE), Sałatka jarzynowa lekkostrawna z sosem majonezowo-jogurtowym 150 g (GLU pszen, JAJ, MLE, GOR), Schab gotowany 30 g, Pomidor bez skóry 60 g, Kawa z mlekiem 250 g (GLU pszen, MLE), Semik 150 g (MLE), II Śniadanie: Jabłko pieczone z cynamonem 150 g,	Żurek z białkiem jaja 350 g (GLU pszen, MLE, SEL), Szynka gotowana w sosie własnym 100/50 g 150 g (GLU pszen), Ziemniaki gotowane 180 g, Buraczki na ciepło gotowane 150 g (GLU pszen), Kompot truskawkowy bez cukru 250 g, Podwieczorek: Mus owocowy 1 szt,	Chleb pszen 90 g (GLU pszen), Masło 15 g (MLE), Galareta drobiowa 150 g (SEL), Serek kanapkowy z ziołami 50 g (MLE), Sałata 20 g, Herbata bez cukru 250 g, Posiłek nocny: Kefir 150 g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia : 2554.71 kcal; Białko ogółem: 141.07 g; Tłuszcz: 81.01 g; Węglowodany ogółem: 368.08 g; Błonnik pokarmowy: 29.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.53 g; Sód: 2782.76 mg; WW: 37.27 Por; Cukry: 28.88 g;		
poniedziałek 2026-04-06		
Dieta: PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ (D12)		
Kasza manna na wywarze+masło+mięso 500 g (GLU pszen, MLE, SEL), Kawa z mlekiem 250 g (GLU pszen, MLE), II Śniadanie: Mleko smakowe 200 g (MLE),	Żurek z ziemniakami + mięso 500 g (GLU pszen, MLE, SEL), Kompot truskawkowy bez cukru 250 g, Podwieczorek: Serek homogenizowany waniliowy 150 g (MLE),	Zupa grysikowa+mięso 500 g (GLU pszen, SEL), Herbata bez cukru 250 g, Posiłek nocny: Kefir 150 g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia : 1828.54 kcal; Białko ogółem: 119.00 g; Tłuszcz: 62.04 g; Węglowodany ogółem: 198.01 g; Błonnik pokarmowy: 15.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.94 g; Sód: 1410.94 mg; WW: 19.93 Por; Cukry: 36.55 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MSWiA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-04-07		
Dieta: BOGATOBIAŁKOWA (D07)		
Owocowy jogurt pitny 200 g , Chleb pszenny 90 g (GLU pszen), Masło 15 g (MLE), Szynkowa dębowa wieprzowa 70 g , Serek śmietankowy w plastrach 2 szt. 37 g (MLE), Brokuły gotowane 60 g , Kakao bez cukru 250 g (MLE), II Śniadanie: Banan 1 szt ,	Zupa pomidorowa z ryżem 350 g (MLE, SEL), Pieczeń rzymska w sosie pietruszkowym 100/50g 150 g (GLU pszen), Kasza jęczmienna drobna 180 g (GLU jęczm), Marchew oprószana gotowana 150 g (GLU pszen), Kompot jabłkowy bez cukru 250 g , Podwieczorek: Kisiel truskawkowy 200 g ,	Chleb pszenny 90 g (GLU pszen), Masło 15 g (MLE), Pasta rybna z tuńczyka 80 g (SKO, RYB, MIĘ), Serek kanapkowy kiri 2 szt , Rukola 20 g , Herbata bez cukru 250 g , Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 150 g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia : 2884.84 kcal; Białko ogółem: 124.49 g; Tłuszcz 112.64 g; Węglowodany ogółem: 356.80 g; Błonnik pokarmowy: 25.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.61 g; Sód: 2926.56 mg; WW: 35.93 Por; Cukry: 38.93 g;		
wtorek 2026-04-07		
Dieta: PŁYNNA WZMOCNIONA (D12)		
Zacierka na wywarze+masło+ mięso 500 g (GLU pszen, MLE, SEL), Kakao bezcukru 250 g (MLE), II Śniadanie: Owocowy jogurt pitny 200 g ,	Zupa pomidorowa z ryżem + mięso 500 g (SEL), Kompot jabłkowy bez cukru 250 g , Podwieczorek: Kisiel truskawkowy 200 g ,	Zupa krupnik kukurydziany + mięso 500 g (SEL), Herbata bez cukru 250 g , Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 150 g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia : 1841.87 kcal; Białko ogółem: 106.51 g; Tłuszcz 70.91 g; Węglowodany ogółem: 205.61 g; Błonnik pokarmowy: 15.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.48 g; Sód: 1210.36 mg; WW: 20.64 Por; Cukry: 36.42 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MSWiA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-04-08		
Dieta: PODSTAWOWA (D01)		
Płatki owsiane na mleku 250 g (GLU owies, MLE), Bułka z ziarnami + chleb żytni 90 g (GLU żyt), Masło 15 g (MLE), Parówki z indyka 2 szt (SOJ, MLE, SEL, GOR), Musztarda 15 g (GOR), Ser biały 40 g (MLE), Rzodkiewka 60 g, Kawa z mlekiem 250 g (GLU pszen, MLE), II Śniadanie: Pomarańcza 1 szt,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 g (GLU pszen, MLE, SEL), Gulasz drobiowy z koperkiem 180 g (GLU pszen, SEL), Kluski śląskie 180 g (GLU pszen, JAJ), Sałatka z gotowanych buraczków i jabłek 150 g, Kompot truskawkowy bez cukru 250 g, Podwieczorek: Orzechy włoskie 35 g (ORZ WŁ),	Chleb pszenno-żytni 90 g (GLU pszen, GLU żyt), Masło 15 g (MLE), Pasta z jaj z majonezem 80 g (GLU pszen, JAJ, GOR), Szczypiorek 5 g, Połędwica sopocka 30 g (SOJ), Papryka czerwona 60 g, Herbata bez cukru 250 g, Posiłek nocny: Kefir 150 g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia : 3249.75 kcal; Białko ogółem : 130.01 g; Tłuszcz 156.37 g; Węglowodany ogółem : 335.41 g; Błonnik pokarmowy: 36.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.70 g; Sód: 3017.99 mg; WW: 33.62 Por; Cukry: 33.98 g;		
środa 2026-04-08		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA (D02)		
Płatki owsiane na mleku 250 g (GLU owies, MLE), Kajzerka + Chleb pszenny 90 g (GLU pszen), Masło 15 g (MLE), Parówki z indyka 2 szt (SOJ, MLE, SEL, GOR), Ketchup 1 szt. 15 g, Ser biały 40 g (MLE), Cukinia 60 g, Kawa z mlekiem 250 g (GLU pszen, MLE), II Śniadanie: Mus owocowy 1 szt,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 g (GLU pszen, MLE, SEL), Gulasz drobiowy z koperkiem 180 g (GLU pszen, SEL), Kluski śląskie 180 g (GLU pszen, JAJ), Sałatka z gotowanych buraczków i jabłek 150 g, Kompot truskawkowy bez cukru 250 g, Podwieczorek: Herbatniki 2 szt 30 g (GLU pszen, JAJ, MLE),	Chleb pszenny 90 g (GLU pszen), Masło 15 g (MLE), Pasta z białek jaja i świeżej natki pietruszki 80 g (JAJ), Połędwica sopocka 30 g (SOJ), Marchew mini 60 g, Herbata bez cukru 250 g, Posiłek nocny: Kefir 150 g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia : 2881.80 kcal; Białko ogółem : 119.50 g; Tłuszcz 123.45 g; Węglowodany ogółem : 351.10 g; Błonnik pokarmowy: 27.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.10 g; Sód: 3015.99 mg; WW: 35.19 Por; Cukry: 19.92 g;		
środa 2026-04-08		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)		
Bułka z ziarnami + chleb żytni 90 g (GLU żyt), Masło 15 g (MLE), Parówki z indyka 2 szt (SOJ, MLE, SEL, GOR), Musztarda 15 g (GOR), Ser biały 40 g (MLE), Rzodkiewka 60 g, Herbata bez cukru 250 g, II Śniadanie: Pomarańcza 1 szt,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 g (GLU pszen, MLE, SEL), Gulasz drobiowy z koperkiem 180 g (GLU pszen, SEL), Sałatka z gotowanych buraczków i jabłek 100 g, Sałata lodowa z sosem winegre 50 g, Kompot truskawkowy bez cukru 250 g, Podwieczorek: Orzechy włoskie 35 g (ORZ WŁ),	Chleb graham 90 g (GLU pszen), Masło 15 g (MLE), Pasta z jaj z majonezem 80 g (GLU pszen, JAJ, GOR), Szczypiorek 5 g, Połędwica sopocka 30 g (SOJ), Papryka czerwona 60 g, Herbata bez cukru 250 g, Posiłek nocny: Chleb graham 50 g (GLU pszen), Masło 10 g (MLE), Pasta z zielonego groszku 30 g, Rukola 5 g,
Wartości odżywcze: Energia : 2718.56 kcal; Białko ogółem : 110.42 g; Tłuszcz 147.95 g; Węglowodany ogółem : 257.26 g; Błonnik pokarmowy: 40.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.22 g; Sód: 2861.28 mg; WW: 25.74 Por; Cukry: 28.53 g;		
środa 2026-04-08		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)		
Płatki owsiane na mleku 250 g (GLU owies, MLE), Kajzerka + Chleb pszenny 90 g (GLU pszen), Masło 15 g (MLE), Parówki z indyka 2 szt (SOJ, MLE, SEL, GOR), Ketchup 1 szt. 15 g, Ser biały 40 g (MLE), Cukinia 60 g, Kawa z mlekiem 250 g (GLU pszen, MLE), II Śniadanie: Mus owocowy 1 szt,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 g (GLU pszen, MLE, SEL), Gulasz drobiowy z koperkiem 180 g (GLU pszen, SEL), Kluski śląskie 180 g (GLU pszen, JAJ), Sałatka z gotowanych buraczków i jabłek 150 g, Kompot truskawkowy bez cukru 250 g, Podwieczorek: Herbatniki 2 szt 30 g (GLU pszen, JAJ, MLE),	Chleb pszenny 90 g (GLU pszen), Masło 15 g (MLE), Pasta z białek jaja i świeżej natki pietruszki 80 g (JAJ), Połędwica sopocka 30 g (SOJ), Marchew mini 60 g, Herbata bez cukru 250 g, Posiłek nocny: Kefir 150 g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia : 2881.80 kcal; Białko ogółem : 119.50 g; Tłuszcz 123.45 g; Węglowodany ogółem : 351.10 g; Błonnik pokarmowy: 27.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.10 g; Sód: 3015.99 mg; WW: 35.19 Por; Cukry: 19.92 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MSWiA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-04-08		
Dieta: BOGATOBIALKOWA (D07)		
Płatki owsiane na mleku 250 g (GLU owies, MLE), Kajzerka + Chleb pszenny 90 g (GLU pszen), Masło 15 g (MLE), Parówki z indyka 2 szt (SOJ, MLE, SEL, GOR), Ketchup 1 szt. 15 g, Ser biały 40 g (MLE), Cukinia gotwana 60 g, Kawa z mlekiem 250 g (GLU pszen, MLE), II Śniadanie: Mus owocowy 1 szt,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 g (GLU pszen, MLE, SEL), Gulasz drobiowy z koperkiem 180 g (GLU pszen, SEL), Kluski śląskie 180 g (GLU pszen, JAJ), Sałatka z gotowanych buraczków i jabłek 150 g, Kompot truskawkowy bez cukru 250 g, Podwieczorek: Herbatniki 2 szt 30 g (GLU pszen, JAJ, MLE),	Chleb pszenny 90 g (GLU pszen), Masło 15 g (MLE), Pasta z białek jaja i świeżej natki pietruszki 80 g (JAJ), Połędwica sopocka 30 g (SOJ), Marchew mini gotowana 60 g, Herbata bez cukru 250 g, Posiłek nocny: Kefir 150 g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia : 2881.80 kcal; Białko ogółem: 119.50 g; Tłuszcz 123.45 g; Węglowodany ogółem: 351.10 g; Błonnik pokarmowy: 27.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.10 g; Sód: 3015.99 mg; WW: 35.19 Por; Cukry: 19.92 g;		
środa 2026-04-08		
Dieta: PŁYNNA WZMOCNIONA (D12)		
Kasza jaglana na wywarze+mięso 500 g (SEL), Kawa z mlekiem 250 g (GLU pszen, MLE), II Śniadanie: Mus owocowy 1 szt,	Zupa jarzynowa z ziemniakami + mięso 500 g (SEL), Kompot truskawkowy bez cukru 250 g, Podwieczorek: Pudding waniliowo czekoladowy 125 g (MLE),	Zupa grysikowa+mięso 500 g (GLU pszen, SEL), Herbata bez cukru 250 g, Posiłek nocny: Kefir 150 g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia : 1592.30 kcal; Białko ogółem: 121.73 g; Tłuszcz 42.84 g; Węglowodany ogółem: 189.81 g; Błonnik pokarmowy: 20.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.21 g; Sód: 1071.21 mg; WW: 19.11 Por; Cukry: 13.50 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MSWiA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-04-09		
Dieta: BOGATOBIAŁKOWA (D07)		
Serek homogenizowany waniliowy 150 g (MLE), Chleb pszenny 90 g (GLU pszen), Masło 15 g (MLE), Pasta z gotowanego mięsa drobiowego i marchewki 80 g, Serek kanapkowy haga 2 szt (MLE), Pomidor bez skóry 60 g, Kakao bez cukru 250 g (MLE), II Śniadanie: Drożdżówka z budyniem 1 szt (GLU pszen, JAJ, MLE),	Zupa krupnik 350 g (GLU jęczm, SEL), Bitka schabowa w sosie ziołowym 100/50 g 150 g (GLU pszen, SEL), Ziemniaki gotowane 180 g, Szpinak gotowany 150 g, Kompot jabłkowy bez cukru 250 g, Podwieczorek: Sok owocowo-warzywny 200 g,	Chleb pszenny 90 g (GLU pszen), Masło 15 g (MLE), Szyńka delikatesowa drobiowa 70 g, Serek ziołowy w plastrach 30 g (MLE), Kalafior na parze gotowany 60 g, Herbata bez cukru 250 g, Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150 g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia : 2545.40 kcal; Białko ogółem: 118.95 g; Tłuszcz: 90.64 g; Węglowodany ogółem: 320.24 g; Błonnik pokarmowy: 22.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.11 g; Sód: 2231.54 mg; WW: 32.38 Por; Cukry: 40.00 g;		
czwartek 2026-04-09		
Dieta: PŁYNNA WZMOCNIONA (D12)		
Ryż na wywarze+masło+mięso 500 g (MLE, SEL), Kakao bez cukru 250 g (MLE), II Śniadanie: Budyń o smaku waniliowym 200 g (MLE),	Zupa krupnik kukurydziany + mięso 500 g (SEL), Kompot jabłkowy bez cukru 250 g, Podwieczorek: Sok owocowo-warzywny 200 g,	Zupa ryżowa + mięso 500 g (SEL), Herbata bez cukru 250 g, Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150 g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia : 1966.43 kcal; Białko ogółem: 92.89 g; Tłuszcz: 76.42 g; Węglowodany ogółem: 238.33 g; Błonnik pokarmowy: 15.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.26 g; Sód: 1264.35 mg; WW: 23.91 Por; Cukry: 36.12 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MSWiA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-04-10		
Dieta: PODSTAWOWA (D01)		
Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (GLU pszen, MLE), Bułka z ziarnami + chleb żytni 90 g (GLU żyt), Masło 15 g (MLE), Pasta rybna z dorsza 80 g (RYB), Kielbasa krakowska 30 g, Rzodkiewka 60 g, Kawa z mlekiem 250 g (GLU pszen, MLE), II Śniadanie: Mandarynka 2 szt,	Zupa fasolowa z fasolą jaś 350 g (SEL), Naleśniki z serem 350 g (GLU pszen, JAJ, MLE), Jogurt owocowy 150 g (MLE), Jabłko pieczone 150 g, Kompot truskawkowy bez cukru 250 g, Podwieczorek: Galarełka agrestowa 200 g,	Chleb pszenno-żytni 90 g (GLU pszen, GLU żyt), Masło 15 g (MLE), Sałatka a'la gyros z gotowanym kurczakiem, kapustą, kukurydzą i majonezem 120 g (GLU pszen, JAJ, GOR), Serek kanapkowy haga 2 szt (MLE), Roszponka 20 g, Herbata bez cukru 250 g, Posiłek nocny: Mus owocowy 1 szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2970.85 kcal; Białko ogółem : 140.26 g; Tłuszcz 101.07 g; Węglowodany ogółem : 389.04 g; Błonnik pokarmowy: 36.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem : 38.08 g; Sód: 3139.14 mg; WW: 38.99 Por; Cukry: 68.77 g;		
piątek 2026-04-10		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA (D02)		
Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (GLU pszen, MLE), Kajzerka + Chleb pszenny 90 g (GLU pszen), Masło 15 g (MLE), Pasta rybna z dorsza 80 g (RYB), Szynkowa dębowa drobiowa 30 g, Marchew mini 60 g, Kawa z mlekiem 250 g (GLU pszen, MLE), II Śniadanie: Banan 1 szt,	Zupa barszcz czerwony 350 g (MLE, SEL), Makaron świderki z serem 200/150 g 350 g (GLU pszen, JAJ, MLE), Jogurt owocowy 150 g (MLE), Jabłko pieczone 150 g, Kompot truskawkowy bez cukru 250 g, Podwieczorek: Galarełka agrestowa 200 g,	Chleb pszenny 90 g (GLU pszen), Masło 15 g (MLE), Sałatka a'la gyros z gotowanym kurczakiem, pomidorem b/skóry oraz sałatą 120 g (MLE), Serek kanapkowy haga 2 szt (MLE), Roszponka 20 g, Herbata bez cukru 250 g, Posiłek nocny: Mus owocowy 1 szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2667.58 kcal; Białko ogółem : 127.37 g; Tłuszcz 79.64 g; Węglowodany ogółem : 398.29 g; Błonnik pokarmowy: 26.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem : 32.46 g; Sód: 2789.77 mg; WW: 40.10 Por; Cukry: 40.84 g;		
piątek 2026-04-10		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)		
Bułka z ziarnami + chleb żytni 90 g (GLU żyt), Masło 15 g (MLE), Pasta rybna z dorsza 80 g (RYB), Kielbasa krakowska 30 g, Rzodkiewka 60 g, Herbata bez cukru 250 g, II Śniadanie: Mandarynka 2 szt,	Zupa fasolowa z fasolą jaś 350 g (SEL), Makaron świderki razowy z serem 200/150 g 350 g (GLU pszen, JAJ, MLE), Jogurt naturalny 150 g (MLE), Jabłko 150 g, Surówka z marchewki tartej 50 g, Kompot truskawkowy bez cukru 250 g, Podwieczorek: Sok pomidorowy 1 szt,	Chleb graham 90 g (GLU pszen), Masło 15 g (MLE), Sałatka a'la gyros z gotowanym kurczakiem, kapustą, kukurydzą i majonezem 120 g (GLU pszen, JAJ, GOR), Serek kanapkowy haga 2 szt (MLE), Roszponka 20 g, Herbata bez cukru 250 g, Posiłek nocny: Chleb graham 50 g (GLU pszen), Masło 10 g (MLE), Ser żółty 30 g (MLE), Papryka czerwona 30 g,
Wartości odżywcze: Energia : 2873.85 kcal; Białko ogółem : 138.49 g; Tłuszcz 108.20 g; Węglowodany ogółem : 343.34 g; Błonnik pokarmowy: 46.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem : 39.84 g; Sód: 2791.50 mg; WW: 34.47 Por; Cukry: 32.84 g;		
piątek 2026-04-10		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)		
Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (GLU pszen, MLE), Kajzerka + Chleb pszenny 90 g (GLU pszen), Masło 15 g (MLE), Pasta rybna z dorsza 80 g (RYB), Szynkowa dębowa drobiowa 30 g, Marchew mini 60 g, Kawa z mlekiem 250 g (GLU pszen, MLE), II Śniadanie: Banan 1 szt,	Zupa barszcz czerwony 350 g (MLE, SEL), Makaron świderki z serem 200/150 g 350 g (GLU pszen, JAJ, MLE), Jogurt owocowy 150 g (MLE), Jabłko pieczone 150 g, Kompot truskawkowy bez cukru 250 g, Podwieczorek: Galarełka agrestowa 200 g,	Chleb pszenny 90 g (GLU pszen), Masło 15 g (MLE), Sałatka a'la gyros z gotowanym kurczakiem, pomidorem b/skóry oraz sałatą 120 g (MLE), Serek kanapkowy haga 2 szt (MLE), Roszponka 20 g, Herbata bez cukru 250 g, Posiłek nocny: Mus owocowy 1 szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2663.08 kcal; Białko ogółem : 126.96 g; Tłuszcz 79.59 g; Węglowodany ogółem : 397.43 g; Błonnik pokarmowy: 26.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem : 32.45 g; Sód: 2781.37 mg; WW: 40.02 Por; Cukry: 40.61 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MSWiA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-04-10		
Dieta: BOGATOBIALKOWA (D07)		
Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (GLU pszen, MLE), Kajzerka + Chleb pszenny 90 g (GLU pszen), Masło 15 g (MLE), Pasta rybna z dorsza 80 g (RYB), Szynekowa dębowa drobiowa 30 g, Marchew mini gotowana 60 g, Kawa z mlekiem 250 g (GLU pszen, MLE), II Śniadanie: Banan 1 szt,	Zupa barszcz czerwony 350 g (MLE, SEL), Makaron świderki z serem 200/150 g 350 g (GLU pszen, JAJ, MLE), Jogurt owocowy 150 g (MLE), Jabłko pieczone 150 g, Kompot truskawkowy bez cukru 250 g, Podwieczorek: Galarełka agrestowa 200 g,	Chleb pszenny 90 g (GLU pszen), Masło 15 g (MLE), Sałatka a'la gyros z gotowanym kurczakiem, pomidorem b/skóry oraz sałatą 120 g (MLE), Serek kanapkowy haga 2 szt (MLE), Roszponka 20 g, Herbata bez cukru 250 g, Posiłek nocny: Mus owocowy 1 szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2667.58 kcal; Białko ogółem: 127.37 g; Tłuszcz: 79.64 g; Węglowodany ogółem: 398.29 g; Błonnik pokarmowy: 26.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.46 g; Sód: 2789.77 mg; WW: 40.10 Por; Cukry: 40.84 g;		
piątek 2026-04-10		
Dieta: PŁYNNA WZMOCNIONA (D12)		
Kasza jaglana na wywarze+mięso 500 g (SEL), Kawa z mlekiem 250 g (GLU pszen, MLE), II Śniadanie: Serek homogenizowany truskawkowy 150 g	Zupa barszcz czerwony+ mięso 500 g (SEL), Kompot truskawkowy bez cukru 250 g, Podwieczorek: Galarełka agrestowa 200 g,	Zupa makaronowa+mięso 500 g (GLU pszen, JAJ, SEL), Herbata bez cukru 250 g, Posiłek nocny: Mus owocowy 1 szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2077.54 kcal; Białko ogółem: 111.47 g; Tłuszcz: 68.78 g; Węglowodany ogółem: 261.06 g; Błonnik pokarmowy: 16.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.92 g; Sód: 1182.75 mg; WW: 26.29 Por; Cukry: 35.35 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MSWiA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-04-11		
Dieta: BOGATOBIAŁKOWA (D07)		
Maślanka naturalna 200 ml , Chleb pszenny 90 g (GLU pszen), Masło 15 g (MLE), Szyńka konserwowa wieprzowa 70 g , Serek śmietankowy w plastrach 50 g (MLE), Sałata mix 20 g , Kakao bez cukru 250 g (MLE), II Śniadanie: Sok pomarańczowy 100% b/cukru 200 ml ,	Zupa brokułowa 350 g (MLE, SEL), Pulpet drobiowo-wieprzowy w sosie pietruszkowym 100/50g 150 g (GLU pszen, JAJ, SEL), Ryż biały 180 g , Dynia na ciepło na parze 150 g , Kompot jabłkowy bez cukru 250 g , Podwieczorek: Biszkopty bez cukru 20 g (GLU pszen, JAJ),	Chleb pszenny 90 g (GLU pszen), Masło 15 g (MLE), Indyk w galarecie 120 g (GLU pszen, SOJ, SEL), Ser biały 40 g (MLE), Pomidor bez skóry 60 g , Herbata bez cukru 250 g , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150 g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia : 2366.30 kcal; Białko ogółem: 110.50 g; Tłuszcz: 88.25 g; Węglowodany ogółem: 283.74 g; Błonnik pokarmowy: 16.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.45 g; Sód: 2684.59 mg; WW: 28.50 Por; Cukry: 6.37 g;		
sobota 2026-04-11		
Dieta: PŁYNNA WZMOCNIONA (D12)		
Kasza kukurydziana na wywarze+masło+mięso 500 g (MLE, SEL), Kakao bez cukru 250 g (MLE), II Śniadanie: Maślanka naturalna 200 ml ,	Zupa brokułowa + mięso 500 g (SEL), Kompot jabłkowy bez cukru 250 g , Podwieczorek: Mus owocowy 1 szt ,	Zupa makaronowa+mięso 500 g (GLU pszen, JAJ, SEL), Herbata bez cukru 250 g , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150 g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia : 2173.07 kcal; Białko ogółem: 114.79 g; Tłuszcz: 83.45 g; Węglowodany ogółem: 242.50 g; Błonnik pokarmowy: 13.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.61 g; Sód: 1481.14 mg; WW: 24.40 Por; Cukry: 6.35 g;		

Oznaczenia alergenów:

*GLU pszen - Zboża zawierające gluten ,
GLU jęczm - Zboża zawierające gluten ,
GLU żyt - Zboża zawierające gluten ,
GLU orkisz - Zboża zawierające gluten
,
GLU owies - Zboża zawierające gluten
,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
ORZ ziemne - Orzeszki ziemne i
pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne,
ORZ - Orzechy,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i pochodne,
ZIA - Nasiona sezamu i pochodne,
DWU - Dwutlenek siarki, siarczyny,
ŁUB - Łubin i pochodne,
MIĘ - Mięczaki i pochodne,
ORZ WŁ - Orzechy włoskie,
MIGD - Migdały,
ORZ LASK - Orzechy laskowe,
ORZ NERK - Orzechy nerkowca,*