Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA PLEWISKA

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWIA POZ Neurologiczna
2025-02-03 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidorki koktajlowe 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor b/skórki 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidorki koktajlowe 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidorki koktajlowe 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor b/skórki 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	Muffin a'la pizza 100g 1 szt (***GLU PSZ, MLE, może zawierać: MLE, GOR,***)	Muffin a'la pizza- dieta 100g 1 szt (***GLU PSZ, może zawierać: MLE, GOR,***)	Muffin razowy a'la pizza 100g 1 szt (***MLE, GLU ŻYT, może zawierać: MLE, GOR,***)	Muffin a'la pizza 100g 1 szt (***GLU PSZ, MLE, może zawierać: MLE, GOR,***)	Muffin a'la pizza- dieta 100g 1 szt (***GLU PSZ, może zawierać: MLE, GOR,***)
	Obiad	Brokułowa z ryżem * 300 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka 100 g (***MLE, SEL,***) Marchew z groszkiem* 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 300 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka 100 g (***MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 300 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka b/c 100 g (***MLE, SEL,***) Marchew z groszkiem* 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 300 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka 100 g (***MLE, SEL,***) Marchew z groszkiem* 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 300 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka 100 g (***MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml
	PD	Ciasto drożdżowe 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SOJ,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Sałatka z soczewicy,pomidora i ogórka kiszonego 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Ciasto drożdżowe 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SOJ,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 60 g (***RYB, MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (***SOJ,***) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (***SOJ,***) Pasta z twarogu i ryby got. (dorsz) z koperkiem. 60 g (***RYB, MLE, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK,***) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (***SOJ,***) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 60 g (***RYB, MLE,***) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 60 g (***RYB, MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (***SOJ,***) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (***SOJ,***) Pasta z twarogu i ryby got. (dorsz) z koperkiem. 60 g (***RYB, MLE, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK,***) Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN			Jabłko 1 szt 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2000.61 kcal; Białko ogółem: 84.37 g; Tłuszcz: 53.05 g; Kw. tł. nasy.: 18.38 g; Węglowodany ogółem: 307.27 g; W tym cukry: 60.10 g; Błonnik pok.: 28.92 g; Sól: 9.26 g;	Wartość energetyczna: 1947.97 kcal; Białko ogółem: 83.11 g; Tłuszcz: 50.85 g; Kw. tł. nasy.: 15.79 g; Węglowodany ogółem: 299.50 g; W tym cukry: 60.80 g; Błonnik pok.: 25.88 g; Sól: 8.60 g;	Wartość energetyczna: 1853.61 kcal; Białko ogółem: 87.18 g; Tłuszcz: 53.10 g; Kw. tł. nasy.: 17.76 g; Węglowodany ogółem: 273.86 g; W tym cukry: 50.62 g; Błonnik pok.: 39.00 g; Sól: 9.44 g;	Wartość energetyczna: 2075.61 kcal; Białko ogółem: 84.97 g; Tłuszcz: 53.65 g; Kw. tł. nasy.: 18.44 g; Węglowodany ogółem: 325.42 g; W tym cukry: 74.65 g; Błonnik pok.: 31.92 g; Sól: 9.27 g;	Wartość energetyczna: 1944.61 kcal; Białko ogółem: 84.35 g; Tłuszcz: 50.26 g; Kw. tł. nasy.: 15.41 g; Węglowodany ogółem: 298.34 g; W tym cukry: 61.49 g; Błonnik pok.: 24.68 g; Sól: 7.98 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA PLEWISKA

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWIA POZ Neurologiczna
2025-02-04 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Dżem 25 g 1 szt Serek naturalny Bieluch 150g 1 szt (***MLE,***) Sałatka owocowa 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Dżem 25 g 1 szt Serek naturalny Bieluch 150g 1 szt (***MLE,***) Sałatka owocowa - dieta 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 10 g	Chleb Graham 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynka Bohuna wieprz. z dodatkiem wody i białka wieprzowego wędzonka wieprzowa szynka z okrywą tłuszczowa, parzona,wędzona 60 g (***SOJ,***) Serek naturalny Bieluch 150g 1 szt (***MLE,***) Pomidor 90 g Kawa zbożowa z napojem sojowym b/c 250 ml (***SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Dżem 25 g 1 szt Serek naturalny Bieluch 150g 1 szt (***MLE,***) Sałatka owocowa 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Dżem 25 g 1 szt Serek naturalny Bieluch 150g 1 szt (***MLE,***) Pomidor b/skórki 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	Kefir 2% tł 150 ml (***MLE,***)			Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (***MLE,***)	
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos cebulowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Makaron penne 150 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino * 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (***GLU PSZ,***) Makaron penne 150 g (***GLU PSZ,***) Dynia duszona z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos cebulowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Makaron pełnoziarnisty 150 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos cebulowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Makaron penne 150 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino * 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Klopsik wieprzowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos szpinakowy* 100 ml (***GLU PSZ,***) Makaron penne 150 g (***GLU PSZ,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 100 g (***SEL,***) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 100 g (***SEL,***) Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 100 g (***SEL,***) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 100 g (***SEL,***) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 100 g (***SEL,***) Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN			Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 40 g (***SOJ, MLE,***) Sałata zielona 5 g		
		Wartość energetyczna: 1995.36 kcal; Białko ogółem: 91.09 g; Tłuszcz: 59.27 g; Kw. tł. nasy.: 22.73 g; Węglowodany ogółem: 282.54 g; W tym cukry: 87.14 g; Błonnik pok.: 21.25 g; Sól: 5.90 g;	Wartość energetyczna: 1967.19 kcal; Białko ogółem: 90.65 g; Tłuszcz: 55.29 g; Kw. tł. nasy.: 22.51 g; Węglowodany ogółem: 284.10 g; W tym cukry: 88.12 g; Błonnik pok.: 19.97 g; Sól: 4.09 g;	Wartość energetyczna: 2029.47 kcal; Białko ogółem: 117.90 g; Tłuszcz: 72.77 g; Kw. tł. nasy.: 26.46 g; Węglowodany ogółem: 234.67 g; W tym cukry: 32.31 g; Błonnik pok.: 30.35 g; Sól: 8.00 g;	Wartość energetyczna: 2266.34 kcal; Białko ogółem: 105.76 g; Tłuszcz: 69.67 g; Kw. tł. nasy.: 25.78 g; Węglowodany ogółem: 317.50 g; W tym cukry: 103.88 g; Błonnik pok.: 24.66 g; Sól: 6.62 g;	Wartość energetyczna: 2142.63 kcal; Białko ogółem: 89.45 g; Tłuszcz: 64.65 g; Kw. tł. nasy.: 24.31 g; Węglowodany ogółem: 309.83 g; W tym cukry: 104.06 g; Błonnik pok.: 19.50 g; Sól: 3.81 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA PLEWISKA

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWIA POZ Neurologiczna
2025-02-05 środa	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***) Pomidor b/skórki 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***) Pomidor b/skórki 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt		Pudding z nasion chia na mleku z truskawką & 150 g (***MLE,***)	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt	
	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Filet z indyka pieczony 100 g Sos jarzynowy * 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ćwikła z chrzanem () 100 g (***MLE, S02,***) Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa * 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Filet z indyka pieczony 100 g Sos jarzynowy * 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraczki oprószane () 100 g (***GLU PSZ,***) Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Filet z indyka pieczony 100 g Sos jarzynowy * 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ćwikła z chrzanem b/c () 100 g (***MLE, S02,***) Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Filet z indyka pieczony 100 g Sos jarzynowy * 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ćwikła z chrzanem () 100 g (***MLE, S02,***) Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa * 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Filet z indyka pieczony 100 g Sos jarzynowy * 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki oprószane () 100 g (***GLU PSZ,***) Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD	Sałatka z kaszą bulgur i warzywami + 200 g (***GLU PSZ, GOR,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Owsianka z jabłkami i figami + 200 g (***MLE, GLU OW,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Sałatka z kaszą bulgur i warzywami + 200 g (***GLU PSZ, GOR,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Sałatka z kaszą bulgur i warzywami + 200 g (***GLU PSZ, GOR,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Owsianka z jabłkami i figami + 200 g (***MLE, GLU OW,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	Kolacja	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pasztet drobiowo-wp z warzywami* 50 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Pomidorki koktajlowe 90 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Serek homo z natką pietruszki 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 90 g Herbata czarna ekspresowa 2g koperta 1 szt	Chleb Graham 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pasztet drobiowo-wp z warzywami* 50 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Pomidorki koktajlowe 90 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pasztet drobiowo-wp z warzywami* 50 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Pomidorki koktajlowe 90 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa 2g koperta 1 szt
	PN			Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Sałata zielona 5 g		
		Wartość energetyczna: 2170.38 kcal; Białko ogółem: 107.57 g; Tłuszcz: 65.38 g; Kw. tł. nasy.: 27.39 g; Węglowodany ogółem: 298.88 g; W tym cukry: 74.45 g; Błonnik pok.: 25.31 g; Sól: 9.68 g;	Wartość energetyczna: 1812.70 kcal; Białko ogółem: 95.58 g; Tłuszcz: 39.74 g; Kw. tł. nasy.: 17.44 g; Węglowodany ogółem: 277.51 g; W tym cukry: 70.17 g; Błonnik pok.: 21.11 g; Sól: 6.53 g;	Wartość energetyczna: 2242.01 kcal; Białko ogółem: 126.16 g; Tłuszcz: 76.06 g; Kw. tł. nasy.: 30.15 g; Węglowodany ogółem: 281.30 g; W tym cukry: 42.08 g; Błonnik pok.: 33.02 g; Sól: 10.60 g;	Wartość energetyczna: 2364.63 kcal; Białko ogółem: 117.78 g; Tłuszcz: 72.34 g; Kw. tł. nasy.: 29.23 g; Węglowodany ogółem: 323.30 g; W tym cukry: 74.66 g; Błonnik pok.: 28.26 g; Sól: 11.00 g;	Wartość energetyczna: 1869.37 kcal; Białko ogółem: 97.36 g; Tłuszcz: 44.26 g; Kw. tł. nasy.: 17.37 g; Węglowodany ogółem: 280.41 g; W tym cukry: 72.14 g; Błonnik pok.: 22.39 g; Sól: 6.17 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA PLEWISKA

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWIA POZ Neurologiczna
2025-02-06 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Sałata zielona 10 g Ogórek kiszony 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Pomidor b/skórki 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Sałata zielona 10 g Ogórek kiszony 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Sałata zielona 10 g Ogórek kiszony 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Pomidor b/skórki 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt				
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gołąbek siekany z mięsa wp 150 g (***JAJ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z marchwi i selera 100 g (***MLE, SEL,***) Paprykowy mix z olejem rzepakowym i ziołami + 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml	Ziemniaczana * 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z marchwi i selera 100 g (***MLE, SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z marchwi i selera b/c 100 g (***MLE, SEL,***) Paprykowy mix z olejem rzepakowym i ziołami b/c + 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gołąbek siekany z mięsa wp 150 g (***JAJ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z marchwi i selera 100 g (***MLE, SEL,***) Paprykowy mix z olejem rzepakowym i ziołami + 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml	Ziemniaczana * 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml
	PD	Koktajl wieloowocowy* 150 ml (***MLE,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Koktajl wieloowocowy* b/c 150 ml (***MLE,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Koktajl wieloowocowy* 150 ml (***MLE,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet z kurczaka pieczony w ziołach 60 g Sałatka jarzynowa* 150 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet z kurczaka pieczony w ziołach 60 g Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet z kurczaka pieczony w ziołach 60 g Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet z kurczaka pieczony w ziołach 60 g Sałatka jarzynowa* 150 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet z kurczaka pieczony w ziołach 60 g Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN			Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Sałata zielona 5 g		
		Wartość energetyczna: 2075.35 kcal; Białko ogółem: 87.51 g; Tłuszcz: 63.43 g; Kw. tł. nasy.: 22.37 g; Węglowodany ogółem: 299.34 g; W tym cukry: 87.64 g; Błonnik pok.: 25.91 g; Sól: 9.03 g;	Wartość energetyczna: 2037.02 kcal; Białko ogółem: 89.41 g; Tłuszcz: 56.27 g; Kw. tł. nasy.: 20.66 g; Węglowodany ogółem: 304.42 g; W tym cukry: 91.39 g; Błonnik pok.: 25.94 g; Sól: 6.42 g;	Wartość energetyczna: 2040.15 kcal; Białko ogółem: 100.39 g; Tłuszcz: 65.17 g; Kw. tł. nasy.: 22.94 g; Węglowodany ogółem: 275.85 g; W tym cukry: 56.18 g; Błonnik pok.: 34.60 g; Sól: 8.99 g;	Wartość energetyczna: 2275.33 kcal; Białko ogółem: 99.00 g; Tłuszcz: 70.53 g; Kw. tł. nasy.: 23.98 g; Węglowodany ogółem: 323.28 g; W tym cukry: 87.86 g; Błonnik pok.: 28.86 g; Sól: 10.22 g;	Wartość energetyczna: 2029.89 kcal; Białko ogółem: 92.51 g; Tłuszcz: 55.61 g; Kw. tł. nasy.: 20.06 g; Węglowodany ogółem: 300.06 g; W tym cukry: 88.07 g; Błonnik pok.: 23.84 g; Sól: 6.07 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA PLEWISKA

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWIA POZ Neurologiczna
2025-02-07 piątek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g (***JAJ, GOR,***) Pomidorki koktajlowe 90 g Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor b/skórki 90 g Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Pomidorki koktajlowe 90 g Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g (***JAJ, GOR,***) Pomidorki koktajlowe 90 g Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor b/skórki 100 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)
	II ŚN	Słupki warzywne pieczone (marchew, seler, pietruszka) 100 g Dip jogurtowo-koperkowy 50 g (***MLE,***)				
	Obiad	Dyniowa z makaronem* 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryba pieczona w ziołach (Dorsz) 120 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 100 g Szpinak gotowany z czosnkiem* 100 g (***MLE,***) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryba pieczona w ziołach (Dorsz) 120 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Kalafior gotowany* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryba pieczona w ziołach (Dorsz) 120 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Szpinak gotowany z czosnkiem* 100 g (***MLE,***) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryba pieczona w ziołach (Dorsz) 120 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 100 g Szpinak gotowany z czosnkiem* 100 g (***MLE,***) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pulpet rybny (Dorsz) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki gotowane 200 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Kalafior gotowany* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Pudding z nasion chia z mango & 200 g (***MLE,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Pudding z nasion chia z mango & 200 g (***MLE,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Miód (25g) 1 szt Serek ziarnisty 150g 1 szt (***MLE,***) Mandarynka 2 szt Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Miód (25g) 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek ziarnisty 150g 1 szt (***MLE,***) Mandarynka 2 szt Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek ziarnisty 150g 1 szt (***MLE,***) Mandarynka 2 szt Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Miód (25g) 1 szt Serek ziarnisty 150g 1 szt (***MLE,***) Mandarynka 2 szt Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Miód (25g) 1 szt Serek ziarnisty 150g 1 szt (***MLE,***) Mandarynka 2 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2224.63 kcal; Białko ogółem: 112.17 g; Tłuszcz: 65.43 g; Kw. tł. nasy.: 21.36 g; Węglowodany ogółem: 312.24 g; W tym cukry: 98.03 g; Błonnik pok.: 29.90 g; Sól: 7.59 g;	Wartość energetyczna: 2153.22 kcal; Białko ogółem: 113.51 g; Tłuszcz: 56.62 g; Kw. tł. nasy.: 21.00 g; Węglowodany ogółem: 311.93 g; W tym cukry: 93.78 g; Błonnik pok.: 27.72 g; Sól: 7.25 g;	Wartość energetyczna: 1926.90 kcal; Białko ogółem: 114.65 g; Tłuszcz: 59.25 g; Kw. tł. nasy.: 21.08 g; Węglowodany ogółem: 249.10 g; W tym cukry: 60.79 g; Błonnik pok.: 33.24 g; Sól: 9.14 g;	Wartość energetyczna: 2298.63 kcal; Białko ogółem: 112.77 g; Tłuszcz: 65.73 g; Kw. tł. nasy.: 21.56 g; Węglowodany ogółem: 328.24 g; W tym cukry: 110.03 g; Błonnik pok.: 29.90 g; Sól: 7.60 g;	Wartość energetyczna: 2171.09 kcal; Białko ogółem: 108.00 g; Tłuszcz: 57.18 g; Kw. tł. nasy.: 20.94 g; Węglowodany ogółem: 320.13 g; W tym cukry: 93.92 g; Błonnik pok.: 26.17 g; Sól: 6.57 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA PLEWISKA

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWIA POZ Neurologiczna
2025-02-08 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Kiełbaski śląskie z kurczął 100 g Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Rzodkiew biała 90 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 60 g (***SOJ, MLE, GLU OW,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 90 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 60 g (***SOJ, MLE, GLU OW,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Rzodkiew biała 90 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z napojem sojowym b/c 250 ml (***SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Kiełbaski śląskie z kurczął 100 g Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Rzodkiew biała 90 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 60 g (***SOJ, MLE, GLU OW,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 5 g		Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 5 g
	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Gulasz wołowy 150 g (***GLU PSZ,***) Kasza gryczana 150 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 300 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz wołowy 150 g (***GLU PSZ,***) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (***GLU JĘCZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka z marchwi z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami * 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Gulasz wołowy 150 g (***GLU PSZ,***) Kasza gryczana 150 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g	Grochowa z ziemniakami * 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Gulasz wołowy 150 g (***GLU PSZ,***) Kasza gryczana 150 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 300 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz wołowy 150 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane 200 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD	Deser mleczny z tapioki z brzoskwinią i truskawkami 200 g (***MLE, S02,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Deser mleczny z tapioki z brzoskwinią i truskawkami 200 g (***MLE, S02,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Deser mleczny z tapioki z brzoskwinią i truskawkami 200 g (***MLE, S02,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Baton szynkowy z kurczął 60 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 90 g (***SEL,***) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Baton szynkowy z kurczął 60 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 90 g (***SEL,***) Sałata zielona 10 g	Chleb Graham 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Baton szynkowy z kurczął 60 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 90 g (***SEL,***) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Baton szynkowy z kurczął 60 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 90 g (***SEL,***) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Baton szynkowy z kurczął 60 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (***SEL,***)
	PN			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2448.77 kcal; Białko ogółem: 118.61 g; Tłuszcz: 93.69 g; Kw. tł. nasy.: 26.03 g; Węglowodany ogółem: 297.04 g; W tym cukry: 62.29 g; Błonnik pok.: 32.77 g; Sól: 10.16 g;	Wartość energetyczna: 2209.89 kcal; Białko ogółem: 101.08 g; Tłuszcz: 74.24 g; Kw. tł. nasy.: 21.36 g; Węglowodany ogółem: 296.49 g; W tym cukry: 68.45 g; Błonnik pok.: 27.49 g; Sól: 7.99 g;	Wartość energetyczna: 2217.09 kcal; Białko ogółem: 117.58 g; Tłuszcz: 81.11 g; Kw. tł. nasy.: 21.94 g; Węglowodany ogółem: 269.84 g; W tym cukry: 35.14 g; Błonnik pok.: 39.61 g; Sól: 9.21 g;	Wartość energetyczna: 2508.17 kcal; Białko ogółem: 121.25 g; Tłuszcz: 93.69 g; Kw. tł. nasy.: 26.03 g; Węglowodany ogółem: 307.93 g; W tym cukry: 62.29 g; Błonnik pok.: 35.74 g; Sól: 10.16 g;	Wartość energetyczna: 2223.93 kcal; Białko ogółem: 104.16 g; Tłuszcz: 72.62 g; Kw. tł. nasy.: 21.07 g; Węglowodany ogółem: 300.44 g; W tym cukry: 68.68 g; Błonnik pok.: 26.00 g; Sól: 7.47 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA PLEWISKA

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWIA POZ Neurologiczna
2025-02-09 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Hummus 50 g (***SEZ,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Papryka świeża 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Hummus 50 g (***SEZ,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Papryka świeża 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Hummus 50 g (***SEZ,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Papryka świeża 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor b/skórki 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt				
	Obiad	Rosół z makaronem * 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka Colesław 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml Mandarynka 2 szt	Rosół z makaronem * 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Udko gotowane 1szt. 210 g Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml Mandarynka 2 szt	Rosół z makaronem * 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka Colesław 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Udko gotowane 1szt. 210 g Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki gotowane 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml Mandarynka 2 szt
	PD	Owsianka budyniowa z bananem i borówką z posypką chia 200 g (***MLE, GLU OW,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twaróg półtłusty 30 g (***MLE,***) Sałata zielona 5 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Owsianka budyniowa z bananem i borówką z posypką chia 200 g (***MLE, GLU OW,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (***MLE,***) Słupki z marchewki 90 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (***MLE,***) Sałata zielona 10 g Słupki z marchewki 90 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (***MLE,***) Słupki z marchewki 90 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (***MLE,***) Słupki z marchewki 90 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (***MLE,***) Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN			Mandarynka 2 szt		
		Wartość energetyczna: 2590.75 kcal; Białko ogółem: 137.98 g; Tłuszcz: 98.57 g; Kw. tł. nasy.: 29.04 g; Węglowodany ogółem: 302.81 g; W tym cukry: 97.74 g; Błonnik pok.: 28.47 g; Sól: 10.39 g;	Wartość energetyczna: 2444.78 kcal; Białko ogółem: 141.92 g; Tłuszcz: 83.23 g; Kw. tł. nasy.: 27.81 g; Węglowodany ogółem: 297.17 g; W tym cukry: 90.84 g; Błonnik pok.: 26.08 g; Sól: 9.66 g;	Wartość energetyczna: 2431.08 kcal; Białko ogółem: 142.28 g; Tłuszcz: 103.70 g; Kw. tł. nasy.: 29.43 g; Węglowodany ogółem: 249.38 g; W tym cukry: 53.02 g; Błonnik pok.: 33.16 g; Sól: 10.56 g;	Wartość energetyczna: 2590.75 kcal; Białko ogółem: 137.98 g; Tłuszcz: 98.57 g; Kw. tł. nasy.: 29.04 g; Węglowodany ogółem: 302.81 g; W tym cukry: 97.74 g; Błonnik pok.: 28.47 g; Sól: 10.39 g;	Wartość energetyczna: 2444.78 kcal; Białko ogółem: 143.37 g; Tłuszcz: 83.36 g; Kw. tł. nasy.: 27.81 g; Węglowodany ogółem: 294.14 g; W tym cukry: 90.02 g; Błonnik pok.: 22.96 g; Sól: 9.11 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA PLEWISKA

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWIA POZ Neurologiczna
2025-02-10 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (***SEL,***) Pomidorki koktajlowe 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa b/c 250 ml (***GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (***SEL,***) Pomidor b/skórki 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 10 g	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (***SEL,***) Pomidorki koktajlowe 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (***SEL,***) Pomidorki koktajlowe 90 g Kawa zbożowa b/c 250 ml (***GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (***SEL,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	Muffin marchewkowy z orzechami o niskim IG + 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, ORZ,***)				
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem () 300 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mus z truskawek* 100 g Surówka z selera i jabłka 200 g (***MLE, SEL,***) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem () 300 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mus z truskawek* 100 g Surówka z selera i jabłka 200 g (***MLE, SEL,***) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Naleśniki pełnoziarniste z ruskim nadzieniem () + 280 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Sos pieczarkowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z selera i jabłka b/c 200 g (***MLE, SEL,***) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem () 300 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mus z truskawek* 100 g Surówka z selera i jabłka 200 g (***MLE, SEL,***) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem () 300 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mus z truskawek* 100 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 50 g (***MLE,***) Roszponka 10 g Sałatka z pomidorów i koperku 90 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Roszponka 10 g Sałatka z pomidorów i koperku 90 g	Chleb Graham 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sałatka z pomidorów i koperku 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 50 g (***MLE,***) Roszponka 10 g Sałatka z pomidorów i koperku 90 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g
	PN			Jabłko 1 szt 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2122.09 kcal; Białko ogółem: 74.54 g; Tłuszcz: 62.74 g; Kw. tł. nasy.: 26.23 g; Węglowodany ogółem: 327.07 g; W tym cukry: 102.08 g; Błonnik pok.: 37.27 g; Sól: 5.40 g;	Wartość energetyczna: 2156.52 kcal; Białko ogółem: 80.69 g; Tłuszcz: 56.02 g; Kw. tł. nasy.: 18.09 g; Węglowodany ogółem: 342.36 g; W tym cukry: 109.10 g; Błonnik pok.: 34.78 g; Sól: 4.36 g;	Wartość energetyczna: 2155.59 kcal; Białko ogółem: 84.50 g; Tłuszcz: 89.92 g; Kw. tł. nasy.: 36.07 g; Węglowodany ogółem: 268.91 g; W tym cukry: 59.66 g; Błonnik pok.: 49.34 g; Sól: 7.04 g;	Wartość energetyczna: 2197.09 kcal; Białko ogółem: 75.14 g; Tłuszcz: 63.34 g; Kw. tł. nasy.: 26.29 g; Węglowodany ogółem: 345.22 g; W tym cukry: 116.63 g; Błonnik pok.: 40.27 g; Sól: 5.41 g;	Wartość energetyczna: 2163.85 kcal; Białko ogółem: 80.48 g; Tłuszcz: 58.00 g; Kw. tł. nasy.: 16.59 g; Węglowodany ogółem: 340.26 g; W tym cukry: 112.30 g; Błonnik pok.: 34.71 g; Sól: 4.05 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA PLEWISKA

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWIA POZ Neurologiczna
2025-02-11 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Powidła śliwkowe 25 g Ser ricotta z cynamonem + 100 g (***JAJ, MLE,***) Ogórek kiszony 90 g Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)	Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Dżem 25 g 1 szt Ser ricotta z cynamonem + 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor b/skórki 90 g Sałata zielona 10 g	Chleb Graham 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Ogórek kiszony 90 g Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Powidła śliwkowe 25 g Ser ricotta z cynamonem + 100 g (***JAJ, MLE,***) Ogórek kiszony 90 g Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)	Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Dżem 25 g 1 szt Ser ricotta z cynamonem + 100 g (***JAJ, MLE,***) Pasta warzywna () 100 g (***SEL,***)
	II ŚN	Pomarańcza 1 szt. 1 szt				
	Obiad	Jarzynowa z zacierką *-podstawa 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kotlet drobiowy panierowany 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka wykwintna z olejem- podstawa 100 g (***JAJ, GOR,***) Marchew mini z sezamem + 100 g (***SEZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy* 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew mini z sezamem + 100 g (***SEZ,***) Fasolka szparagowa z wody zółta* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-podstawa 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy* 50 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Fasolka szparagowa z wody zółta* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-podstawa 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kotlet drobiowy panierowany 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka wykwintna z olejem- podstawa 100 g (***JAJ, GOR,***) Marchew mini z sezamem + 100 g (***SEZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy* 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew mini z sezamem + 100 g Fasolka szparagowa z wody zółta* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpieprzowy średnio rozdrobniony,pieczony 60 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Rzodkiew biała 90 g Sałata lodowa 10 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpieprzowy średnio rozdrobniony,pieczony 60 g Pomidor b/skórki 90 g Sałata lodowa 10 g	Chleb Graham 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpieprzowy średnio rozdrobniony,pieczony 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Rzodkiew biała 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpieprzowy średnio rozdrobniony,pieczony 60 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Rzodkiew biała 90 g Sałata lodowa 10 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpieprzowy średnio rozdrobniony,pieczony 60 g Pomidor b/skórki 100 g
	PN	Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor 30 g				
		Wartość energetyczna: 2268.73 kcal; Białko ogółem: 98.43 g; Tłuszcz: 80.40 g; Kw. tł. nasy.: 26.86 g; Węglowodany ogółem: 304.60 g; W tym cukry: 114.93 g; Błonnik pok.: 28.78 g; Sól: 7.51 g;	Wartość energetyczna: 2083.07 kcal; Białko ogółem: 107.23 g; Tłuszcz: 59.97 g; Kw. tł. nasy.: 25.28 g; Węglowodany ogółem: 294.78 g; W tym cukry: 115.97 g; Błonnik pok.: 23.71 g; Sól: 5.75 g;	Wartość energetyczna: 1995.74 kcal; Białko ogółem: 127.66 g; Tłuszcz: 59.26 g; Kw. tł. nasy.: 19.85 g; Węglowodany ogółem: 252.84 g; W tym cukry: 57.04 g; Błonnik pok.: 33.25 g; Sól: 8.96 g;	Wartość energetyczna: 2473.82 kcal; Białko ogółem: 110.11 g; Tłuszcz: 87.55 g; Kw. tł. nasy.: 28.49 g; Węglowodany ogółem: 329.69 g; W tym cukry: 115.99 g; Błonnik pok.: 32.02 g; Sól: 8.71 g;	Wartość energetyczna: 2124.09 kcal; Białko ogółem: 108.10 g; Tłuszcz: 60.58 g; Kw. tł. nasy.: 25.09 g; Węglowodany ogółem: 304.80 g; W tym cukry: 121.25 g; Błonnik pok.: 27.31 g; Sól: 5.80 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA PLEWISKA

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWIA POZ Neurologiczna
2025-02-12 środa	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Sałatka z ryżu i tuńczyka () 150 g (***RYB, MLE,***) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Sałatka z ryżu i tuńczyka- dieta () 150 g (***RYB, MLE,***) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałatka z ryżu brązowego i tuńczyka- dieta () 150 g (***RYB, MLE,***) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Sałatka z ryżu i tuńczyka () 150 g (***RYB, MLE,***) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Sałatka z ryżu i tuńczyka- dieta () 150 g (***RYB, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***) Rukola 10 g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***) Rukola 10 g	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***) Rukola 10 g		Bułka pszenna długa krojona 30 g (***GLU PSZ,***) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***) Rukola 10 g
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej * 300 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pieczeniowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Kasza bulgur 150 g (***GLU PSZ,***) Surówka z marchwi i chrzanu 100 g (***MLE, S02,***) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml	Ziemniaczana * 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pieczeniowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Kasza bulgur 150 g (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml	Ziemniaczana * 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pieczeniowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Kasza bulgur 150 g (***GLU PSZ,***) Surówka z marchwi i chrzanu b/c 100 g (***MLE, S02,***) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszonej * 300 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pieczeniowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Kasza bulgur 150 g (***GLU PSZ,***) Surówka z marchwi i chrzanu 100 g (***MLE, S02,***) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml	Ziemniaczana * 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pieczeniowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane 200 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml
	PD	Jaglanka pomarańczowa z siemieniem lnianym & 200 g (***MLE,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 5 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Jaglanka pomarańczowa z siemieniem lnianym & 200 g (***MLE,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab pieczony w rękawie 60 g Sos śliwkowy 50 g (***MLE,***) Pomidorki koktajlowe 90 g Mix sałat 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab pieczony w rękawie 60 g Pomidor b/skórki 90 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab pieczony w rękawie 60 g Sos śliwkowy 50 g (***MLE,***) Mix sałat 10 g Pomidorki koktajlowe 90 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab pieczony w rękawie 60 g Sos śliwkowy 50 g (***MLE,***) Pomidorki koktajlowe 90 g Mix sałat 10 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab pieczony w rękawie 60 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN			Mandarynka 2 szt		
		Wartość energetyczna: 2189.60 kcal; Białko ogółem: 97.81 g; Tłuszcz: 65.44 g; Kw. tł. nasy.: 23.36 g; Węglowodany ogółem: 314.78 g; W tym cukry: 59.21 g; Błonnik pok.: 23.27 g; Sól: 6.29 g;	Wartość energetyczna: 2073.99 kcal; Białko ogółem: 97.69 g; Tłuszcz: 54.63 g; Kw. tł. nasy.: 19.78 g; Węglowodany ogółem: 309.65 g; W tym cukry: 51.89 g; Błonnik pok.: 18.67 g; Sól: 5.16 g;	Wartość energetyczna: 2221.24 kcal; Białko ogółem: 113.92 g; Tłuszcz: 67.95 g; Kw. tł. nasy.: 24.13 g; Węglowodany ogółem: 298.23 g; W tym cukry: 47.17 g; Błonnik pok.: 32.95 g; Sól: 7.01 g;	Wartość energetyczna: 2279.60 kcal; Białko ogółem: 99.01 g; Tłuszcz: 65.84 g; Kw. tł. nasy.: 23.40 g; Węglowodany ogółem: 337.18 g; W tym cukry: 77.61 g; Błonnik pok.: 27.07 g; Sól: 6.29 g;	Wartość energetyczna: 2032.21 kcal; Białko ogółem: 97.04 g; Tłuszcz: 51.30 g; Kw. tł. nasy.: 19.14 g; Węglowodany ogółem: 312.75 g; W tym cukry: 53.46 g; Błonnik pok.: 21.55 g; Sól: 4.91 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA PLEWISKA

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWIA POZ Neurologiczna
2025-02-13 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pasztet z fasoli* 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sałata zielona 10 g Papryka świeża 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (***SOJ,***) Ćwikła z jabłkiem () 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pasztet z fasoli* 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sałata zielona 10 g Papryka świeża 90 g Kawa zbożowa z napojem sojowym b/c 250 ml (***SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pasztet z fasoli* 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sałata zielona 10 g Papryka świeża 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (***SOJ,***) Ćwikła z jabłkiem () 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	Jogurt typu islandzkiego rożne smaki Skyr 150g 1 szt (***MLE,***)				
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Sos boloński z mięsa wp () 150 g (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 150 g (***GLU PSZ,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 150 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 150 g (***GLU PSZ,***) Sos boloński z mięsa wp () 150 g (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Sos boloński z mięsa wp () 150 g (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 150 g (***GLU PSZ,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 150 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 30 g (***MLE,***) Sałata zielona 5 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Ser mozzarella kulki 35 g (***MLE,***) Sałata lodowa 10 g Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Ser mozzarella kulki 35 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata lodowa 10 g Pomidor b/skórki 90 g	Chleb Graham 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Ser mozzarella kulki 35 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata lodowa 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Ser mozzarella kulki 35 g (***MLE,***) Sałata lodowa 10 g Pomidor 90 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Ser mozzarella kulki 35 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor b/skórki 100 g
	PN			Muffin czekoladowy dla cukrzyków + 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)		
		Wartość energetyczna: 2132.84 kcal; Białko ogółem: 94.46 g; Tłuszcz: 69.83 g; Kw. tł. nasy.: 20.14 g; Węglowodany ogółem: 291.79 g; W tym cukry: 75.81 g; Błonnik pok.: 26.56 g; Sól: 5.84 g;	Wartość energetyczna: 1900.04 kcal; Białko ogółem: 96.86 g; Tłuszcz: 51.63 g; Kw. tł. nasy.: 16.82 g; Węglowodany ogółem: 265.69 g; W tym cukry: 73.56 g; Błonnik pok.: 15.77 g; Sól: 7.17 g;	Wartość energetyczna: 2288.42 kcal; Białko ogółem: 110.97 g; Tłuszcz: 93.60 g; Kw. tł. nasy.: 28.63 g; Węglowodany ogółem: 257.21 g; W tym cukry: 37.98 g; Błonnik pok.: 36.35 g; Sól: 7.01 g;	Wartość energetyczna: 2222.13 kcal; Białko ogółem: 96.63 g; Tłuszcz: 77.69 g; Kw. tł. nasy.: 21.37 g; Węglowodany ogółem: 293.59 g; W tym cukry: 77.15 g; Błonnik pok.: 26.78 g; Sól: 5.88 g;	Wartość energetyczna: 1915.65 kcal; Białko ogółem: 98.46 g; Tłuszcz: 51.74 g; Kw. tł. nasy.: 16.81 g; Węglowodany ogółem: 267.55 g; W tym cukry: 75.22 g; Błonnik pok.: 14.89 g; Sól: 6.80 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA PLEWISKA

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWIA POZ Neurologiczna
2025-02-14 piątek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 80 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Słupki z warzyw () 90 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 90 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Słupki z warzyw () 90 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 80 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Słupki z warzyw () 90 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor b/skórki 100 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)
	II ŚN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt				
	Obiad	Krupnik jęczmienny * 300 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ryba panierowany smażona (Dorsz) 120 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem 100 g Warzywa po grecku* 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Krupnik jęczmienny * 300 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ryba pieczona (Dorsz) 100 g (***RYB,***) Sos koperkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Warzywa po grecku* 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z selera i jabłka z olejem 100 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Krupnik jęczmienny * 300 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ryba pieczona (Dorsz) 100 g (***RYB,***) Sos koperkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku* 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 300 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ryba panierowany smażona (Dorsz) 120 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem 100 g Warzywa po grecku* 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Krupnik jęczmienny * 300 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Pulpet rybny (Dorsz) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Warzywa po grecku* 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	PD	Koktajl z jagód * 200 g (***MLE,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Koktajl z jagód b/c* 200 g (***MLE,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Koktajl z jagód * 200 g (***MLE,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Roszponka 10 g Pomidor b/skórki 90 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g Roszponka 10 g Ogórek kiszony 90 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN			Wafle ryżowe 30 g		
		Wartość energetyczna: 2182.68 kcal; Białko ogółem: 98.31 g; Tłuszcz: 71.07 g; Kw. tł. nasy.: 20.38 g; Węglowodany ogółem: 298.37 g; W tym cukry: 86.04 g; Błonnik pok.: 31.32 g; Sól: 8.88 g;	Wartość energetyczna: 1952.64 kcal; Białko ogółem: 97.75 g; Tłuszcz: 49.22 g; Kw. tł. nasy.: 18.27 g; Węglowodany ogółem: 291.54 g; W tym cukry: 89.14 g; Błonnik pok.: 30.33 g; Sól: 6.50 g;	Wartość energetyczna: 1835.72 kcal; Białko ogółem: 99.91 g; Tłuszcz: 55.55 g; Kw. tł. nasy.: 20.46 g; Węglowodany ogółem: 245.99 g; W tym cukry: 40.71 g; Błonnik pok.: 32.49 g; Sól: 8.28 g;	Wartość energetyczna: 2296.08 kcal; Białko ogółem: 100.77 g; Tłuszcz: 71.76 g; Kw. tł. nasy.: 20.53 g; Węglowodany ogółem: 322.22 g; W tym cukry: 86.46 g; Błonnik pok.: 32.31 g; Sól: 8.89 g;	Wartość energetyczna: 1991.27 kcal; Białko ogółem: 97.25 g; Tłuszcz: 48.57 g; Kw. tł. nasy.: 18.10 g; Węglowodany ogółem: 302.12 g; W tym cukry: 91.32 g; Błonnik pok.: 27.83 g; Sól: 5.86 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA PLEWISKA

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWIA POZ Neurologiczna
2025-02-15 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpieprzowy średnio rozdrobniony,pieczony 60 g Rzodkiew biała 90 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpieprzowy średnio rozdrobniony,pieczony 60 g Twarożek 50 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 90 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpieprzowy średnio rozdrobniony,pieczony 60 g Sałata lodowa 10 g Rzodkiew biała 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpieprzowy średnio rozdrobniony,pieczony 60 g Rzodkiew biała 90 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpieprzowy średnio rozdrobniony,pieczony 60 g Twarożek 50 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Sałata zielona 5 g		Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Sałata zielona 5 g
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami * 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą duszony 250 g (***SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 150 g Surówka z marchwi 100 g (***MLE,***) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Potrawka drobiowa 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 150 g Buraczki gotowane () 100 g Surówka z marchwi 100 g (***MLE,***) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą duszony 250 g (***SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kalafior gotowany* 100 g Surówka z marchwi b/c 100 g (***MLE,***) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą duszony 250 g (***SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 150 g Surówka z marchwi 100 g (***MLE,***) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Potrawka drobiowa 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml
	PD	Kasza jaglana na mleku z dodatkiem malin 200 ml (***MLE,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Sałatka z jabłka, selera naciowego i kopru włoskiego + 100 g (***MLE, SEL, GOR,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku z dodatkiem malin 200 ml (***MLE,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Zapiekanka makaronowa z wieprzowiną i warzywami + 200 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Zapiekanka makaronowa z wieprzowiną i warzywami + 200 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Zapiekanka makaronowa z wieprzowiną i warzywami + 200 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Zapiekanka makaronowa z wieprzowiną i warzywami + 200 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Zapiekanka makaronowa z wieprzowiną i warzywami + 200 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN			Jabłko 1 szt 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2136.73 kcal; Białko ogółem: 112.51 g; Tłuszcz: 66.40 g; Kw. tł. nasy.: 26.70 g; Węglowodany ogółem: 285.83 g; W tym cukry: 71.62 g; Błonnik pok.: 34.41 g; Sól: 8.50 g;	Wartość energetyczna: 2125.55 kcal; Białko ogółem: 112.48 g; Tłuszcz: 51.65 g; Kw. tł. nasy.: 19.28 g; Węglowodany ogółem: 314.58 g; W tym cukry: 72.17 g; Błonnik pok.: 25.55 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2129.03 kcal; Białko ogółem: 108.36 g; Tłuszcz: 79.98 g; Kw. tł. nasy.: 26.68 g; Węglowodany ogółem: 260.19 g; W tym cukry: 45.23 g; Błonnik pok.: 40.90 g; Sól: 8.54 g;	Wartość energetyczna: 2211.73 kcal; Białko ogółem: 113.11 g; Tłuszcz: 67.00 g; Kw. tł. nasy.: 26.76 g; Węglowodany ogółem: 303.98 g; W tym cukry: 86.17 g; Błonnik pok.: 37.41 g; Sól: 8.51 g;	Wartość energetyczna: 2124.10 kcal; Białko ogółem: 116.74 g; Tłuszcz: 48.45 g; Kw. tł. nasy.: 18.48 g; Węglowodany ogółem: 317.49 g; W tym cukry: 76.98 g; Błonnik pok.: 25.38 g; Sól: 7.61 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA PLEWISKA

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWIA POZ Neurologiczna
2025-02-16 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Serek ziarnisty 150g 1 szt (***MLE,***) Kabanos drobiowo-wieprzowy średnio rozdrobniony wędzony,parzony,suszony. 30 g Kalarepa 50 g Papryka świeża 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Serek ziarnisty 150g 1 szt (***MLE,***) Kurczak pieczony 60 g Mix sałat 10 g Pomidor b/skórki 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Serek ziarnisty 150g 1 szt (***MLE,***) Kurczak pieczony 60 g Kalarepa 50 g Papryka świeża 50 g Kawa zbożowa z napojem sojowym b/c 250 ml (***SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Serek ziarnisty 150g 1 szt (***MLE,***) Kabanos drobiowo-wieprzowy średnio rozdrobniony wędzony,parzony,suszony. 30 g Kalarepa 50 g Papryka świeża 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 10 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Serek ziarnisty 150g 1 szt (***MLE,***) Kurczak pieczony 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor b/skórki 100 g
	II ŚN	Jogurt naturalny 150 g (***MLE,***) Banan 1szt. 1 szt		Jogurt naturalny 150 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt	Jogurt naturalny 150 g (***MLE,***) Banan 1szt. 1 szt	
	Obiad	Pomidorowa z zacierką * 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kotlet schabowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Fasolka szparagowa zielona z bułką tartą i z olejem * 100 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką * 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Schab gotowany 100 g Sos pieczeniowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Fasolka szparagowa zielona z wody* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką * 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Schab gotowany 100 g Sos pieczeniowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Fasolka szparagowa zielona z wody* 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką * 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kotlet schabowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Fasolka szparagowa zielona z bułką tartą i z olejem * 100 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką * 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pulpet wieprzowy 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pieczeniowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa zielona z wody* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Pudding z nasion chia na mleku z mango & 150 g (***MLE,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Pudding z nasion chia na mleku z mango & 150 g (***MLE,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Pudding z nasion chia na mleku z mango & 150 g (***MLE,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Surówka z selera naciowego i jabłka () 100 g (***MLE, SEL,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 60 g Twarożek po grecku 60 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 60 g Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Twarożek z natką pietruszki 60 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Chleb Graham 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 60 g Twarożek po grecku 60 g (***MLE,***) Surówka z selera naciowego i jabłka b /cukru () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Surówka z selera naciowego i jabłka () 100 g (***MLE, SEL,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 60 g Twarożek po grecku 60 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 60 g Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Twarożek z natką pietruszki 60 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN			Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Sałata zielona 5 g		
		Wartość energetyczna: 2492.44 kcal; Białko ogółem: 128.04 g; Tłuszcz: 80.01 g; Kw. tł. nasy.: 27.46 g; Węglowodany ogółem: 325.23 g; W tym cukry: 102.99 g; Błonnik pok.: 27.44 g; Sól: 8.63 g;	Wartość energetyczna: 2347.44 kcal; Białko ogółem: 147.60 g; Tłuszcz: 65.31 g; Kw. tł. nasy.: 24.02 g; Węglowodany ogółem: 304.17 g; W tym cukry: 103.47 g; Błonnik pok.: 23.46 g; Sól: 7.61 g;	Wartość energetyczna: 2239.01 kcal; Białko ogółem: 158.42 g; Tłuszcz: 70.16 g; Kw. tł. nasy.: 26.88 g; Węglowodany ogółem: 259.63 g; W tym cukry: 49.90 g; Błonnik pok.: 32.24 g; Sól: 9.10 g;	Wartość energetyczna: 2686.70 kcal; Białko ogółem: 138.25 g; Tłuszcz: 86.98 g; Kw. tł. nasy.: 29.30 g; Węglowodany ogółem: 349.65 g; W tym cukry: 103.21 g; Błonnik pok.: 30.39 g; Sól: 9.95 g;	Wartość energetyczna: 2372.67 kcal; Białko ogółem: 134.25 g; Tłuszcz: 70.37 g; Kw. tł. nasy.: 24.75 g; Węglowodany ogółem: 312.05 g; W tym cukry: 104.35 g; Błonnik pok.: 22.55 g; Sól: 7.19 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie,laskowe,pekan,nerkowce,pistacje,migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierajace gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,