

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-11-27

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa

Śniadanie: Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _), Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ, _), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Makaron 180 g (GLU PSZ, _), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE, _), Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Szykowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 5 g (MLE, _), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ, _), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2380.47 kcal; B: 95.56 g; T: 61.16 g; Kw. tł. nasy.: 26.42 g; W: 380.14 g; W tym cukry: 91.23 g; Bł.: 29.71 g; Sól: 10.15 g; WW: 35.03 Por; Ener. z B: 16.06 %; Ener. z W: 58.88 %; Ener. z T: 23.12 %; Ener. z Bł.: 2.5 %; K: 2663.93 mg;

W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna

Śniadanie: Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ, _), Banan 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Makaron 180 g (GLU PSZ, _), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE, _), Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Szykowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 5 g (MLE, _), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ, _), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2413.22 kcal; B: 90.95 g; T: 55.29 g; Kw. tł. nasy.: 26.06 g; W: 402.23 g; W tym cukry: 121.48 g; Bł.: 22.58 g; Sól: 8.2 g; WW: 37.98 Por; Ener. z B: 15.08 %; Ener. z W: 62.93 %; Ener. z T: 20.62 %; Ener. z Bł.: 1.87 %; K: 2929.03 mg;

W-wa- PIM MSWiA III Kleikowa

Śniadanie: Kleik ryżowy na wodzie 400 g , Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, _), Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

Obiad: Kleik ryżowy na wodzie 400 g , Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, _), Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

Kolacja: Kleik ryżowy na wodzie 400 g , Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, _), Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1031.85 kcal; B: 25.71 g; T: 8.04 g; Kw. tł. nasy.: .3 g; W: 215.07 g; W tym cukry: .39 g; Bł.: 4.68 g; Sól: .44 g; WW: 21.15 Por; Ener. z B: 9.97 %; Ener. z W: 81.56 %; Ener. z T: 7.01 %; Ener. z Bł.: .91 %; K: 274.05 mg;

W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych

Śniadanie: Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), mielona Szyńska Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (SOJ, _), Banan 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-11-27

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych

Obiad: Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Makaron 180 g (GLU PSZ,), Klopsik drobiowy z udźca 80 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL,), Brokuł gotowany* 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), mielona Szykowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Pomidor b/skórki 80 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), mielona Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2327.52 kcal; B: 89.34 g; T: 54 g; Kw. tł. nasy.: 22.3 g; W: 381.61 g; W tym cukry: 78.01 g; Bł.: 22.39 g; Sól: 8.53 g; WW: 35.93 Por; Ener. z B: 15.35 %; Ener. z W: 61.73 %; Ener. z T: 20.88 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 3354.84 mg;

W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych

Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,), Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

II ŚN: Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ,), Papryka świeża 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml ,

Obiad: Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Klopsik drobiowy z udźca 80 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL,), Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ,), Surówka wielowarzywna z olejem b/c 130 g (SEL,), Brokuł gotowany* 60 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

PD: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,), Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,),

Kolacja: Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szykowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

PN: Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Twaróg półtłusty 50 g (MLE,), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2369.54 kcal; B: 113.09 g; T: 73.01 g; Kw. tł. nasy.: 25.01 g; W: 332.11 g; W tym cukry: 31.79 g; Bł.: 48.81 g; Sól: 10.45 g; WW: 28.33 Por; Ener. z B: 19.09 %; Ener. z W: 47.82 %; Ener. z T: 27.73 %; Ener. z Bł.: 4.12 %; K: 4148.99 mg;

W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa

Śniadanie: Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szykowa Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (SOJ,), Banan 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Makaron 180 g (GLU PSZ,), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE,), Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szykowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2318.25 kcal; B: 84.13 g; T: 46.59 g; Kw. tł. nasy.: 23.05 g; W: 404.85 g; W tym cukry: 121.98 g; Bł.: 21.8 g; Sól: 8.53 g; WW: 38.38 Por; Ener. z B: 14.52 %; Ener. z W: 66.09 %; Ener. z T: 18.09 %; Ener. z Bł.: 1.88 %; K: 2842.36 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-11-27

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA S1 Niskobiałkowa/Ziemniaczana

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.), Masło extra 82% 10 g (MLE.), Szyunka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ.), Banan 150 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Pierogi ukraińskie * 300 g (GLU PSZ, MLE.), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.), Surówka wielowarzywna z olejem b/c 130 g (SEL.), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml,

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.), Masło extra 82% 10 g (MLE.), Sałatka ziemniaczana - dieta 150 g (MLE.), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

PN: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.), Masło extra 82% 5 g (MLE.), Śniadaniowa drobiowa - produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: E: 1884.01 kcal; B: 51.5 g; T: 59.4 g; Kw. tł. nasy.: 27.81 g; W: 296.79 g; W tym cukry: 68.73 g; Bł.: 21.82 g; Sól: 4.43 g; WW: 27.45 Por; Ener. z B: 10.93 %; Ener. z W: 58.38 %; Ener. z T: 28.38 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 3439.95 mg;

W-wa- PIM MSWiA S3 Niskofosforanowa

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Masło extra 82% 10 g (MLE.), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.), Banan 150 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Pierogi ukraińskie * 300 g (GLU PSZ, MLE.), Surówka wielowarzywna z olejem b/c 130 g (SEL.), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml,

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.), Masło extra 82% 10 g (MLE.), Filet z kurczaka gotowany 50 g, Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

PN: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.), Masło extra 82% 5 g (MLE.), Schab gotowany 30 g, Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: E: 2310.32 kcal; B: 91.85 g; T: 68.39 g; Kw. tł. nasy.: 30.5 g; W: 342.52 g; W tym cukry: 68.86 g; Bł.: 21.52 g; Sól: 4.57 g; WW: 32 Por; Ener. z B: 15.9 %; Ener. z W: 55.58 %; Ener. z T: 26.64 %; Ener. z Bł.: 1.86 %; K: 3435.54 mg;

W-wa- PIM MSWiA S4 Alergiczna

Śniadanie: Kasza jaglana na wodzie 300 ml, Chleb bezglutenowy 100 g, Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g, Schab gotowany 40 g, Banan 150 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Dyniowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka) * 400 ml (SEL.), Filet z kurczaka gotowany 80 g, Sos jarzynowy* (bez glutenu) 80 ml (SEL.), Ziemniaki 180 g, Marchew gotowana z olejem* 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml,

Kolacja: Chleb bezglutenowy 100 g, Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g, Filet z kurczaka gotowany 50 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

PN: Chleb bezglutenowy 50 g, Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g, Schab gotowany 30 g, Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: E: 1871.62 kcal; B: 80.9 g; T: 44.17 g; Kw. tł. nasy.: 8.88 g; W: 292.65 g; W tym cukry: 62.36 g; Bł.: 17.7 g; Sól: 2.33 g; WW: 27.59 Por; Ener. z B: 17.29 %; Ener. z W: 58.76 %; Ener. z T: 21.24 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 4108.86 mg;

W-wa- PIM MSWiA S5 Płynna/Sonda

Śniadanie: Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml, Sonda S5 śn 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.),

II ŚN: Sonda S5 śn 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.),

Obiad: Sonda jarzynowa S5 400 g (JAJ, MLE, SEL.), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-11-27

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA S5 Płynna/Sonda

PD: Sonda jarzynowa S5 400 g (JAJ, MLE, SEL, _),

Kolacja: Sonda jarzynowa S5 400 g (JAJ, MLE, SEL, _), Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2301.13 kcal; B: 98.29 g; T: 97.69 g; Kw. tł. nasy.: 51.7 g; W: 265.35 g; W tym cukry: 104.95 g; Bł.: 16.1 g; Sól: 2.35 g; WW: 24.89 Por; Ener. z B: 17.09 %; Ener. z W: 43.33 %; Ener. z T: 38.21 %; Ener. z Bł.: 1.4 %; K: 4353.08 mg;

W-wa- PIM MSWiA S5/V Płynna b/ml/Sonda b/ml

Śniadanie: Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml , sonda śn b/ml 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL, _),

II ŚN: sonda śn b/ml 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL, _),

Obiad: Sonda jarzynowa S5 b/ml 600 g (JAJ, SEL, _), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

PD: Sonda jarzynowa S5 b/ml 400 g (JAJ, SEL, _),

Kolacja: Sonda jarzynowa S5 b/ml 400 g (JAJ, SEL, _), Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2296.77 kcal; B: 107.49 g; T: 89.43 g; Kw. tł. nasy.: 13.71 g; W: 277.99 g; W tym cukry: 79.1 g; Bł.: 24.04 g; Sól: 2.14 g; WW: 25.21 Por; Ener. z B: 18.72 %; Ener. z W: 44.23 %; Ener. z T: 35.04 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 4703.26 mg;

W-wa- PIM MSWiA S7 Niskosodowa

Śniadanie: Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _), Chleb pszenno-żytni bez soli 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Schab gotowany (bez soli) 40 g , Banan 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Dyniowa z ziemniakami (bez soli) * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _), Makaron (bez soli) 180 g (GLU PSZ, _), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE, _), Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb pszenno-żytni bez soli 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g , Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Chleb pszenno-żytni bez soli 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 5 g (MLE, _), Schab gotowany (bez soli) 30 g , Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2178.25 kcal; B: 105.88 g; T: 46.22 g; Kw. tł. nasy.: 23.01 g; W: 343.33 g; W tym cukry: 120.95 g; Bł.: 14.93 g; Sól: 1.34 g; WW: 32.89 Por; Ener. z B: 19.44 %; Ener. z W: 60.3 %; Ener. z T: 19.1 %; Ener. z Bł.: 1.37 %; K: 3329.78 mg;

W-wa- PIM MSWiA S8 Niskobiałkowa

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ, _), Dżem 40 g , Banan 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Makaron 180 g (GLU PSZ, _), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 50 g (MLE, _), Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA S8 Niskobiałkowa

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szykowa dębowa kieł.wp.gr.rozdz.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g, Pomidor 80 g, Miód (25g) 1 szt, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: E: 2086.59 kcal; B: 59.65 g; T: 37.73 g; Kw. tł. nasy.: 18.35 g; W: 390.6 g; W tym cukry: 118.48 g; Bł.: 19.92 g; Sól: 6.93 g; WW: 37.12 Por; Ener. z B: 11.44 %; Ener. z W: 71.06 %; Ener. z T: 16.27 %; Ener. z Bł.: 1.91 %; K: 2313.73 mg;

W-wa- PIM MSWiA Aspirynowa

Śniadanie: Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,), Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml, Banan 150 g,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Filet z kurczaka gotowany 80 g, Ziemniaki 180 g, Marchew gotowana z olejem* 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Filet z kurczaka gotowany 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Schab gotowany 30 g,

Wartości odżywcze: E: 1828.08 kcal; B: 89.11 g; T: 42.54 g; Kw. tł. nasy.: 19.28 g; W: 285.65 g; W tym cukry: 60.59 g; Bł.: 27.18 g; Sól: 5.99 g; WW: 25.92 Por; Ener. z B: 19.5 %; Ener. z W: 56.55 %; Ener. z T: 20.94 %; Ener. z Bł.: 2.97 %; K: 4063.58 mg;

W-wa- PIM MSWiA Niskopurynowa

Śniadanie: Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,), Ogórek kiszony 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Makaron 180 g (GLU PSZ,), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE,), Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Ser żółty 50 g (MLE,), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: E: 2412.42 kcal; B: 95.5 g; T: 68.29 g; Kw. tł. nasy.: 35.28 g; W: 368.45 g; W tym cukry: 92.68 g; Bł.: 20.43 g; Sól: 9 g; WW: 34.77 Por; Ener. z B: 15.83 %; Ener. z W: 57.7 %; Ener. z T: 25.48 %; Ener. z Bł.: 1.69 %; K: 2415.73 mg;

W-wa- PIM MSWiA Położniczo-ciężowa

Śniadanie: Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,), Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szykna tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (SOJ, GOR,), Banan 150 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

II ŚN: Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ,), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-11-27

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Położniczo-ciężowa

- Obiad: Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLUPSZ, SEL,), Makaron 180 g (GLUPSZ,), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE,), Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,
- PD: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,), Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (GLUPSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ,),
- Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szykowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,
- PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,), Sałata zielona 10 g ,
- Wartości odżywcze: E: 2639.01 kcal; B: 97.36 g; T: 53.18 g; Kw. tł. nasy.: 23.63 g; W: 459.68 g; W tym cukry: 133.07 g; Bł.: 33.21 g; Sól: 10.87 g; WW: 42.76 Por; Ener. z B: 14.76 %; Ener. z W: 64.64 %; Ener. z T: 18.14 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 3285.47 mg;

W-wa- PIM MSWiA Wegetariańska

- Śniadanie: Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE,), Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,
- Obiad: Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (GLUPSZ, SEL,), Makaron 180 g (GLUPSZ,), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE,), Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,
- Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Ser żółty 50 g (MLE,), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,
- PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Tofu 50 g (SOJ,), Sałata zielona 10 g ,
- Wartości odżywcze: E: 2526.15 kcal; B: 103.8 g; T: 74.36 g; Kw. tł. nasy.: 34.88 g; W: 379.83 g; W tym cukry: 91.23 g; Bł.: 29.71 g; Sól: 8.93 g; WW: 35.02 Por; Ener. z B: 16.44 %; Ener. z W: 55.44 %; Ener. z T: 26.49 %; Ener. z Bł.: 2.35 %; K: 2663.93 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa

- Śniadanie: Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE,), Chleb bezglutenowy 100 g , Masło extra 82% 10 g (MLE,), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,), Banan 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,
- Obiad: Dyniowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka) * 400 ml (SEL,), Klopsik drobiowy z udźca (bez glutenu) 80 g (JAJ,), Sos jarzynowy* (bez glutenu) 80 ml (SEL,), Ziemniaki 180 g , Brokuł gotowany* 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,
- Kolacja: Chleb bezglutenowy 100 g , Masło extra 82% 10 g (MLE,), Ser żółty 50 g (MLE,), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,
- PN: Chleb bezglutenowy 50 g , Masło extra 82% 5 g (MLE,), Filet z kurczaka gotowany 30 g , Sałata zielona 10 g ,
- Wartości odżywcze: E: 2217.13 kcal; B: 83.45 g; T: 77.79 g; Kw. tł. nasy.: 32.53 g; W: 301.59 g; W tym cukry: 74.14 g; Bł.: 17.28 g; Sól: 3.8 g; WW: 28.39 Por; Ener. z B: 15.06 %; Ener. z W: 51.29 %; Ener. z T: 31.58 %; Ener. z Bł.: 1.56 %; K: 4370.84 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa bezmleczna

- Śniadanie: Kasza jaglana na wodzie 300 ml , Chleb bezglutenowy 100 g , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g , Schab gotowany 40 g , Banan 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-11-27

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa bezmleczna

Obiad: Dyniowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka) * 400 ml (SEL,), Klopsik drobiowy z udźca (bez glutenu) 80 g (JAJ,), Sos jarzynowy* (bez glutenu) 80 ml (SEL,), Ziemniaki 180 g , Brokuł gotowany* 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb bezglutenowy 100 g , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g , Filet z kurczaka gotowany 50 g , Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Chleb bezglutenowy 50 g , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g , Filet z kurczaka gotowany 30 g , Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 1925.71 kcal; B: 79.11 g; T: 51.18 g; Kw. tł. nasy.: 9.95 g; W: 292.04 g; W tym cukry: 61.5 g; Bł.: 17.52 g; Sól: 2.52 g; WW: 27.43 Por; Ener. z B: 16.43 %; Ener. z W: 57.02 %; Ener. z T: 23.92 %; Ener. z Bł.: 1.82 %; K: 4399.34 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa bezmleczna

Śniadanie: Kasza jaglana na wodzie 300 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ,), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g , Szyńka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (SOJ,), Banan 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLUPSZ, SEL,), Klopsik drobiowy z udźca 80 g (GLUPSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 80 ml (GLUPSZ, SEL,), Makaron 180 g (GLUPSZ,), Brokuł gotowany* 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ,), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g , Szyńkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2192.74 kcal; B: 78.68 g; T: 48.36 g; Kw. tł. nasy.: 11.45 g; W: 371.65 g; W tym cukry: 63.17 g; Bł.: 24.07 g; Sól: 8.95 g; WW: 34.73 Por; Ener. z B: 14.35 %; Ener. z W: 63.4 %; Ener. z T: 19.85 %; Ener. z Bł.: 2.2 %; K: 2893.32 mg;

W-wa- PIM MSWiA Rozdrobniona/Mielona

Śniadanie: Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), mielona Szyńka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (SOJ,), Banan 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 400 ml ,

Obiad: Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLUPSZ, SEL,), Mięso drobiowe mielone w sosie wł 80 g (GLUPSZ,), Ziemniaki puree 180 g (MLE,), Brokuł gotowany* 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), mielona Szyńkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), mielona Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,),

Wartości odżywcze: E: 2270.93 kcal; B: 85.17 g; T: 53.85 g; Kw. tł. nasy.: 22.13 g; W: 372.44 g; W tym cukry: 92.32 g; Bł.: 23.39 g; Sól: 8.46 g; WW: 34.92 Por; Ener. z B: 15 %; Ener. z W: 61.48 %; Ener. z T: 21.34 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 4171.47 mg;

W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-11-27

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia

Śniadanie: Płatki pszenne na mleku 150 ml (GLUPSZ, MLE,), Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Ogórek kiszony 40 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml,

II ŚN: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ,), Baton szynkowy z kurcząt 30 g, Papryka świeża 50 g,

Obiad: Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 200 ml (GLUPSZ, SEL,), Makaron 100 g (GLUPSZ,), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE,), Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,

PD: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml,

Kolacja: Kasza manna na mleku 150 ml (GLUPSZ, MLE,), Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Pomidor 40 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml,

PN: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ,), Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g, Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: E: 1738.11 kcal; B: 72.43 g; T: 40.13 g; Kw. tł. nasy.: 16.35 g; W: 281.71 g; W tym cukry: 126.5 g; Bł.: 11.97 g; Sól: 6.43 g; WW: 27.02 Por; Ener. z B: 16.67 %; Ener. z W: 62.08 %; Ener. z T: 20.78 %; Ener. z Bł.: 1.38 %; K: 1850.86 mg;

W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia

Śniadanie: Płatki pszenne na mleku 200 ml (GLUPSZ, MLE,), Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Ogórek kiszony 40 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

II ŚN: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ,), Baton szynkowy z kurcząt 30 g, Papryka świeża 50 g,

Obiad: Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLUPSZ, SEL,), Makaron 120 g (GLUPSZ,), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE,), Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml,

PD: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml,

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Pomidor 40 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

PN: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: E: 1838.66 kcal; B: 71.98 g; T: 48.4 g; Kw. tł. nasy.: 22.77 g; W: 289.42 g; W tym cukry: 119.72 g; Bł.: 14.44 g; Sól: 6.68 g; WW: 27.53 Por; Ener. z B: 15.66 %; Ener. z W: 59.82 %; Ener. z T: 23.69 %; Ener. z Bł.: 1.57 %; K: 2148.14 mg;

W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia

Śniadanie: Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE,), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,), Ogórek kiszony 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

II ŚN: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ,), Baton szynkowy z kurcząt 30 g, Papryka świeża 50 g,

Obiad: Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLUPSZ, SEL,), Makaron 140 g (GLUPSZ,), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE,), Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml,

PD: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-11-27

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: E: 2119.04 kcal; B: 84.79 g; T: 56.14 g; Kw. tł. nasy.: 25.54 g; W: 330.71 g; W tym cukry: 125.02 g; Bł.: 18.05 g; Sól: 8.7 g; WW: 31.26 Por; Ener. z B: 16.01 %; Ener. z W: 59.02 %; Ener. z T: 23.84 %; Ener. z Bł.: 1.7 %; K: 2488.93 mg;

W-wa- PIM MSWiA Transplantologia

Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szynekowa Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (SOJ,), Dynia z wody 80 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml,

II ŚN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ,), Mus z jabłek () b/c 150 g,

Obiad: Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLUPSZ, SEL,), Makaron 180 g (GLUPSZ,), Klopsik drobiowy z udźca 80 g (GLUPSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 80 ml (GLUPSZ, SEL,), Fasolka szparagowa z wody* 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml,

PD: Jabłko pieczone 150 g, Wafle ryżowe 30 g,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (MLE,), Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml,

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,),

Wartości odżywcze: E: 2383 kcal; B: 87.53 g; T: 55.69 g; Kw. tł. nasy.: 23.98 g; W: 393.42 g; W tym cukry: 47.78 g; Bł.: 31.02 g; Sól: 11.17 g; WW: 36.2 Por; Ener. z B: 14.69 %; Ener. z W: 60.83 %; Ener. z T: 21.03 %; Ener. z Bł.: 2.6 %; K: 2560.38 mg;

W-wa- PIM MSWiA Cukrzyca oszczędzająca

Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szynekowa Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (SOJ,), Pomidor b/skórki 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml,

II ŚN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ,), Mus z jabłek () b/c 150 g,

Obiad: Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLUPSZ, SEL,), Klopsik drobiowy z udźca 80 g (GLUPSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 80 ml (GLUPSZ, SEL,), Makaron 180 g (GLUPSZ,), Fasolka szparagowa z wody* 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml,

PD: Jabłko pieczone 150 g, Wafle ryżowe 30 g,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (MLE,), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml,

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Twaróg półtłusty 50 g (MLE,), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: E: 2396.34 kcal; B: 94.12 g; T: 53.72 g; Kw. tł. nasy.: 23.9 g; W: 396.21 g; W tym cukry: 48.8 g; Bł.: 31.1 g; Sól: 10.21 g; WW: 36.54 Por; Ener. z B: 15.71 %; Ener. z W: 60.94 %; Ener. z T: 20.18 %; Ener. z Bł.: 2.6 %; K: 2705.37 mg;