

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-11-06

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa

Śniadanie: Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, _), 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 królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ, _), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Grochowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Ryż na sypko 180 g , Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE, _), Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/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, _), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ, _), 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, _), Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ, _), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2371.96 kcal; B: 89.59 g; T: 57.06 g; Kw. tł. nasy.: 24.4 g; W: 396.31 g; W tym cukry: 104.38 g; Bł.: 32.92 g; Sól: 7.89 g; WW: 36.41 Por; Ener. z B: 413.42 %; Ener. z W: 1210.11 %; Ener. z T: 442.79 %; Ener. z Bł.: 101.99 %; K: 2829.02 mg;

W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna

Śniadanie: Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, _), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ, _), Dżem 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Ryż na sypko 180 g , Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE, _), Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/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, _), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ, _), Cukinia pieczona z olejem * 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, _), Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ, _), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2400.82 kcal; B: 82.39 g; T: 55.21 g; Kw. tł. nasy.: 24.16 g; W: 408.76 g; W tym cukry: 131.22 g; Bł.: 21.16 g; Sól: 8.13 g; WW: 38.76 Por; Ener. z B: 371.59 %; Ener. z W: 1178.25 %; Ener. z T: 452.85 %; Ener. z Bł.: 68.21 %; K: 2437.86 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: 41.11 %; Ener. z W: 353.75 %; Ener. z T: 27.01 %; Ener. z Bł.: 4.17 %; K: 274.05 mg;

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

Śniadanie: Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, _), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), mielony Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ, _), Dżem 80 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-11-06

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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

Obiad: Solferino (bez mleka)* 400 ml (**GLU PSZ, SEL, _**), Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 80 g (**GLU PSZ, _**), Ziemniaki 180 g , Cukinia pieczona z olejem * 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 150 g (**GLU PSZ, _**), Masło extra 82% 10 g (**MLE, _**), mielona Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (**SOJ, _**), Mus z jabłek prażonych z cynamonem 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 Szyńka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (**SOJ, _**), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2377.66 kcal; B: 85.21 g; T: 65.04 g; Kw. tł. nasy.: 24.56 g; W: 375.95 g; W tym cukry: 108.13 g; Bł.: 18.4 g; Sól: 7.99 g; WW: 35.82 Por; Ener. z B: 274.79 %; Ener. z W: 1066.88 %; Ener. z T: 469.54 %; Ener. z Bł.: 34.36 %; K: 3713.88 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, _**), Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (**SOJ, _**), Papryka świeża 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, _**), Szyńkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g , Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

Obiad: Grochowa z ziemniakami * 400 ml (**GLU PSZ, SEL, _**), Pulpet mięsno-warzywny* (wieprzowy) 80 g (**GLU PSZ, JAJ, SEL, _**), Sos pietruszkowy* 80 ml (**GLU PSZ, MLE, _**), Ryż na sypko (brązowy) 180 g , Surówka żydowska z olejem b/c 130 g , Cukinia pieczona z olejem * 60 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

PD: Maślanka 150 ml (**MLE, _**), Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (**GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _**),

Kolacja: Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (**GLU PSZ, GLU ŻYT, _**), Masło extra 82% 10 g (**MLE, _**), Jajko gotowane kl M 2 szt (**JAJ, _**), 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: 2376.14 kcal; B: 106.06 g; T: 74.37 g; Kw. tł. nasy.: 26.41 g; W: 340.45 g; W tym cukry: 37.39 g; Bł.: 53.29 g; Sól: 9.1 g; WW: 28.73 Por; Ener. z B: 550.46 %; Ener. z W: 1093.59 %; Ener. z T: 605.16 %; Ener. z Bł.: 172.04 %; K: 4308.26 mg;

W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa

Śniadanie: Płatki owsiane na mleku 300 ml (**MLE, GLU OW, _**), Bułka pszenna długa krojona 100 g (**GLU PSZ, _**), Masło extra 82% 10 g (**MLE, _**), Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (**SOJ, _**), Dżem 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Solferino (bez mleka)* 400 ml (**GLU PSZ, SEL, _**), Ryż na sypko 180 g , Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (**MLE, _**), Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/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, _**), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (**SOJ, _**), Cukinia pieczona z olejem * 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, _**), Szyńka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (**SOJ, _**), Sałata zielona 10 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-11-06

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa

Wartości odżywcze: E: 2371.52 kcal; B: 77.97 g; T: 53.09 g; Kw. tł. nasy.: 23.55 g; W: 410.41 g; W tym cukry: 132.42 g; Bł.: 19.66 g; Sól: 8.33 g; WW: 39.17 Por; Ener. z B: 326.27 %; Ener. z W: 1190.23 %; Ener. z T: 395.81 %; Ener. z Bł.: 67.36 %; K: 2416.86 mg;

W-wa- PIM MSWiA S1 Niskobiałkowa/Ziemniaczana

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.), Masło extra 82% 10 g (MLE.), Schab gotowany 30 g, Sałata zielona 20 g, Dżem 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Kluski śląskie* 300 g (JAJ.), Cebula smażona B 50 g, Surówka żydowska z olejem b/c 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.), Masło extra 82% 10 g (MLE.), Placki ziemniaczane 300 g (GLU PSZ, JAJ.), Cukinia pieczona z olejem * 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.), Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ.), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: E: 2362.22 kcal; B: 50.23 g; T: 94.56 g; Kw. tł. nasy.: 26.89 g; W: 338.92 g; W tym cukry: 78.8 g; Bł.: 21.78 g; Sól: 4.23 g; WW: 31.87 Por; Ener. z B: 283.77 %; Ener. z W: 978.21 %; Ener. z T: 409.74 %; Ener. z Bł.: 106.18 %; K: 4215.57 mg;

W-wa- PIM MSWiA S3 Niskofosforanowa

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Masło extra 82% 10 g (MLE.), Schab gotowany 40 g, Miód (25g) 1 szt, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Kluski śląskie* 300 g (JAJ.), Cebula smażona B 50 g, Surówka żydowska z olejem b/c 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/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.), Filet z kurczaka gotowany 50 g, Cukinia pieczona z olejem * 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.), Schab gotowany 30 g, Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: E: 2363.84 kcal; B: 79.82 g; T: 67.92 g; Kw. tł. nasy.: 26.2 g; W: 369.25 g; W tym cukry: 48.4 g; Bł.: 22.1 g; Sól: 6.23 g; WW: 34.86 Por; Ener. z B: 332.66 %; Ener. z W: 1012.93 %; Ener. z T: 374.34 %; Ener. z Bł.: 89.86 %; K: 3532.11 mg;

W-wa- PIM MSWiA S4 Alergiczna

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

Obiad: Ziemniaczana *(bez glutenu, mleka) 400 ml (SEL.), Ryż na sypko 180 g, Schab gotowany 80 g, Marchew gotowana z olejem* 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,

Kolacja: Chleb bezglutenowy 100 g, Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g, Schab gotowany 50 g, Jabłko pieczone 150 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: 2059.24 kcal; B: 85.08 g; T: 52.99 g; Kw. tł. nasy.: 11.71 g; W: 316.19 g; W tym cukry: 69.86 g; Bł.: 18.23 g; Sól: 1.93 g; WW: 29.89 Por; Ener. z B: 372.29 %; Ener. z W: 1072.12 %; Ener. z T: 406.42 %; Ener. z Bł.: 84.56 %; K: 2996.36 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.),

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-11-06

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA S5 Płynna/Sonda

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 ,

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

Wartości odżywcze: E: 2551.13 kcal; B: 118.51 g; T: 116.34 g; Kw. tł. nasy.: 61.04 g; W: 268 g; W tym cukry: 77.79 g; Bł.: 20.65 g; Sól: 2.69 g; WW: 24.66 Por; Ener. z B: 514.68 %; Ener. z W: 1264.93 %; Ener. z T: 583.49 %; Ener. z Bł.: 77.01 %; K: 5399.55 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: Sonda jarzynowa S5 b/ml 400 g (JAJ, SEL, _),

Wartości odżywcze: E: 2507.03 kcal; B: 127.62 g; T: 103.74 g; Kw. tł. nasy.: 16.2 g; W: 280.55 g; W tym cukry: 51.86 g; Bł.: 28.59 g; Sól: 2.48 g; WW: 24.97 Por; Ener. z B: 457.8 %; Ener. z W: 1176.43 %; Ener. z T: 400.29 %; Ener. z Bł.: 116.25 %; K: 5746.39 mg;

W-wa- PIM MSWiA S7 Niskosodowa

Śniadanie: Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, _), Chleb pszenno-żytni bez soli 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Schab gotowany (bez soli) 40 g , Dżem 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Solferino (bez soli)* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _), Ryż na sypko (bez soli) 180 g , Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE, _), Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/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 , Cukinia pieczona z olejem * 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: 2232.76 kcal; B: 102.95 g; T: 50.52 g; Kw. tł. nasy.: 23.06 g; W: 349.41 g; W tym cukry: 131.89 g; Bł.: 12.01 g; Sól: 1.16 g; WW: 33.79 Por; Ener. z B: 382.81 %; Ener. z W: 1148.35 %; Ener. z T: 346.7 %; Ener. z Bł.: 61.7 %; K: 2950.61 mg;

W-wa- PIM MSWiA S8 Niskobiałkowa

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Schab gotowany 30 g , Pomidor 80 g , Dżem 30 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-11-06

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA S8 Niskobiałkowa

Obiad: Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Ryż na sypko 180 g , Sos jogurtowy z twarogiem z/c 50 g (MLE, _), Mus z jabłek prażonych z cynamonem 200 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ, _), Miód (25g) 1 szt , Cukinia pieczona z olejem * 80 g , 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, _), Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ, _), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 1964.94 kcal; B: 61.77 g; T: 41.72 g; Kw. tł. nasy.: 18.71 g; W: 350.33 g; W tym cukry: 111.96 g; Bł.: 17.55 g; Sól: 5.31 g; WW: 33.29 Por; Ener. z B: 307.64 %; Ener. z W: 1206.27 %; Ener. z T: 351.87 %; Ener. z Bł.: 79.15 %; K: 2347.78 mg;

W-wa- PIM MSWiA Aspirynowa

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

Obiad: Ziemniaczana * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _), Ryż na sypko 180 g , Sos jogurtowy naturalny 200 g (MLE, _), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 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: 1714.83 kcal; B: 73.33 g; T: 38.38 g; Kw. tł. nasy.: 19.34 g; W: 277.92 g; W tym cukry: 44.28 g; Bł.: 18.7 g; Sól: 5.15 g; WW: 25.95 Por; Ener. z B: 249.81 %; Ener. z W: 787.49 %; Ener. z T: 260.52 %; Ener. z Bł.: 22.03 %; K: 2322.01 mg;

W-wa- PIM MSWiA Niskopurynowa

Śniadanie: Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, _), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Serek Fromage 80 g (GLU PSZ, MLE, _), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Ryż na sypko 180 g , Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE, _), Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/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, _), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ, _), 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, _), Tofu 50 g (SOJ, _), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2580.89 kcal; B: 91.58 g; T: 79.93 g; Kw. tł. nasy.: 44.57 g; W: 386.21 g; W tym cukry: 108.91 g; Bł.: 20.92 g; Sól: 5.99 g; WW: 36.68 Por; Ener. z B: 384.51 %; Ener. z W: 1184.99 %; Ener. z T: 575.6 %; Ener. z Bł.: 91.9 %; K: 2779.08 mg;

W-wa- PIM MSWiA Położniczo-ciężowa

Śniadanie: Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ, _), Dżem 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml , Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, _),

II ŚN: Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g , Rzodkiew biała 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-11-06

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Położniczo-ciężowa

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

PD: Maślanka 150 ml (MLE,), Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,),

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,), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,), Cukinia pieczona z olejem * 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,), Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ,), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2755.83 kcal; B: 98.72 g; T: 58.5 g; Kw. tł. nasy.: 25.3 g; W: 476.44 g; W tym cukry: 151.53 g; Bł.: 31.95 g; Sól: 10.12 g; WW: 44.52 Por; Ener. z B: 483.29 %; Ener. z W: 1511.14 %; Ener. z T: 499.53 %; Ener. z Bł.: 107.38 %; K: 3122.17 mg;

W-wa- PIM MSWiA Wegetariańska

Śniadanie: Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,), 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,), Serek Fromage 80 g (GLU PSZ, MLE,), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Ryż na sypko 180 g , Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE,), Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/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,), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,), 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,), Tofu 50 g (SOJ,), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2526.59 kcal; B: 87.56 g; T: 79.99 g; Kw. tł. nasy.: 44.62 g; W: 379.52 g; W tym cukry: 108.55 g; Bł.: 27.76 g; Sól: 6.55 g; WW: 35.33 Por; Ener. z B: 384.06 %; Ener. z W: 1201 %; Ener. z T: 579.13 %; Ener. z Bł.: 100.68 %; K: 2862.18 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa

Śniadanie: Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,), Chleb bezglutenowy 100 g , Masło extra 82% 10 g (MLE,), Schab gotowany 40 g , Dżem 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Solferino (bez glutenu, mleka)* 400 ml (SEL,), Ryż na sypko 180 g , Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE,), Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb bezglutenowy 100 g , Masło extra 82% 10 g (MLE,), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,), Cukinia pieczona z olejem * 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Chleb bezglutenowy 50 g , Masło extra 82% 5 g (MLE,), Schab gotowany 30 g , Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2316.37 kcal; B: 79.45 g; T: 64.42 g; Kw. tł. nasy.: 24.81 g; W: 360.73 g; W tym cukry: 130.45 g; Bł.: 11.07 g; Sól: 2.1 g; WW: 34.97 Por; Ener. z B: 360.91 %; Ener. z W: 1192.75 %; Ener. z T: 478.38 %; Ener. z Bł.: 68.08 %; K: 2778.72 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa bezmleczna

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

Obiad: Solferino (bez glutenu, mleka)* 400 ml (SEL,), Pulpet mięsno-warzywny* (wieprzowy) b/gl 80 g (JAJ, SEL,), Sos pietruszkowy (bez glutenu, mleka)* 80 ml , Ryż na sypko 180 g , Cukinia pieczona z olejem * 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-11-06

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa bezmleczna

Kolacja: Chleb bezglutenowy 100 g , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g , Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,), 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 , Schab gotowany 30 g , Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2135.4 kcal; B: 70.36 g; T: 67.28 g; Kw. tł. nasy.: 14.32 g; W: 314.73 g; W tym cukry: 75.08 g; Bł.: 12.58 g; Sól: 2.16 g; WW: 30.19 Por; Ener. z B: 357.33 %; Ener. z W: 1182.07 %; Ener. z T: 563.36 %; Ener. z Bł.: 85.29 %; K: 2870.26 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezmleczna

Śniadanie: Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g , Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ,), Dżem 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Ryż na sypko 180 g , Pulpet mięsno-warzywny* (wieprzowy) 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,), Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (GLU PSZ,), Cukinia pieczona z olejem * 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g , Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,), 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,), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g , Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ,), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2287.2 kcal; B: 79.33 g; T: 58.43 g; Kw. tł. nasy.: 14.32 g; W: 370.97 g; W tym cukry: 77.04 g; Bł.: 20.83 g; Sól: 7.46 g; WW: 35.02 Por; Ener. z B: 377.32 %; Ener. z W: 1198.53 %; Ener. z T: 545.82 %; Ener. z Bł.: 85.27 %; K: 2604.62 mg;

W-wa- PIM MSWiA Rozdrobniona/Mielona

Śniadanie: Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), mielony Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ,), Dżem 80 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Pulpet mięsno-warzywny* (wieprzowy) 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,), Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE,), Ziemniaki puree 180 g (MLE,), Cukinia pieczona z olejem * 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,), Pomidor 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 Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ,), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2349.03 kcal; B: 88.98 g; T: 62.12 g; Kw. tł. nasy.: 24.3 g; W: 369.5 g; W tym cukry: 91.42 g; Bł.: 20.34 g; Sól: 7.24 g; WW: 34.91 Por; Ener. z B: 331.82 %; Ener. z W: 1115.13 %; Ener. z T: 512.1 %; Ener. z Bł.: 50.31 %; K: 4040.2 mg;

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

Śniadanie: Płatki owsiane na mleku 150 ml (MLE, GLU OW,), Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 20 g (SOJ,), Papryka świeża 40 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,

II ŚN: Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-11-06

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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

Obiad: Solferino (bez mleka)* 200 ml (GLU PSZ, SEL,), Ryż na sypko 100 g , Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE,), Mus z jabłek prażonych z cynamonem 100 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml ,

PD: Jabłko 150 g ,

Kolacja: Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE,), Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Pomidor 40 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,

PN: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ,), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 1470.38 kcal; B: 59.29 g; T: 34.61 g; Kw. tł. nasy.: 16.96 g; W: 238.63 g; W tym cukry: 116.9 g; Bł.: 12.7 g; Sól: 3.08 g; WW: 22.67 Por; Ener. z B: 300.38 %; Ener. z W: 960.56 %; Ener. z T: 288 %; Ener. z Bł.: 76.75 %; K: 1955.73 mg;

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

Śniadanie: Płatki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU OW,), Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (SOJ,), Papryka świeża 40 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

II ŚN: Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt ,

Obiad: Solferino (bez mleka)* 300 ml (GLU PSZ, SEL,), Ryż na sypko 120 g , Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE,), Mus z jabłek prażonych z cynamonem 120 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

PD: Jabłko 150 g ,

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Pomidor 40 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,), Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ,), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 1594.1 kcal; B: 59.48 g; T: 42.12 g; Kw. tł. nasy.: 21.54 g; W: 254.2 g; W tym cukry: 124.65 g; Bł.: 14.15 g; Sól: 3.43 g; WW: 24.08 Por; Ener. z B: 310.91 %; Ener. z W: 1049.86 %; Ener. z T: 338.6 %; Ener. z Bł.: 79.1 %; K: 2117.24 mg;

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

Śniadanie: Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ,), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

II ŚN: Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt ,

Obiad: Solferino (bez mleka)* 300 ml (GLU PSZ, SEL,), Ryż na sypko 180 g , Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE,), Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

PD: Jabłko 150 g ,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,), 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,), Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ,), Sałata zielona 10 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-11-06

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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

Wartości odżywcze: E: 1984.92 kcal; B: 76.24 g; T: 51.34 g; Kw. tł. nasy.: 24.42 g; W: 317.54 g; W tym cukry: 139.87 g; Bł.: 18.43 g; Sól: 4.75 g; WW: 29.99 Por; Ener. z B: 391.57 %; Ener. z W: 1218.13 %; Ener. z T: 433.86 %; Ener. z Bł.: 95.62 %; K: 2614.34 mg;

W-wa- PIM MSWiA Transplantologia

Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ,), Jabłko pieczone 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml,

II ŚN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g, Mus z jabłek () b/c 150 g,

Obiad: Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Pulpet mięsno-warzywny* (wieprzowy) 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,), Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE,), Ryż na sypko 180 g, Cukinia pieczona z olejem * 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml,

PD: Maślanka 150 ml (MLE,), Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,),

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ,), Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE,), Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml,

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ,),

Wartości odżywcze: E: 2497.11 kcal; B: 88.57 g; T: 65.68 g; Kw. tł. nasy.: 26.73 g; W: 398.89 g; W tym cukry: 58.43 g; Bł.: 29.66 g; Sól: 11.39 g; WW: 36.92 Por; Ener. z B: 340.25 %; Ener. z W: 1008.11 %; Ener. z T: 524.43 %; Ener. z Bł.: 59.11 %; K: 2906.59 mg;

W-wa- PIM MSWiA Cukrzyca oszczędzająca

Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ,), Jabłko pieczone 150 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml,

II ŚN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g, Mus z jabłek () b/c 150 g,

Obiad: Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Ryż na sypko 180 g, Pulpet mięsno-warzywny* (wieprzowy) 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,), Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE,), Cukinia pieczona z olejem * 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml,

PD: Maślanka 150 ml (MLE,), Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,),

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ,), Pomidor b/skórki 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml,

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

Wartości odżywcze: E: 2387.19 kcal; B: 89.54 g; T: 63.53 g; Kw. tł. nasy.: 25.81 g; W: 376.2 g; W tym cukry: 44.69 g; Bł.: 31.58 g; Sól: 10.42 g; WW: 34.5 Por; Ener. z B: 421.64 %; Ener. z W: 1068.48 %; Ener. z T: 532.51 %; Ener. z Bł.: 117.52 %; K: 3005.01 mg;