

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 PIM MSWiA WARSZAWA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków zołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne
Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (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) Twaróg półtłusty 80 g (MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twaróg półtłusty 80 g (MLE) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twaróg półtłusty 80 g (MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twaróg półtłusty 80 g (MLE) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Ryż na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Papryka świeża 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Papryka świeża 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twaróg półtłusty 80 g (MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
	II/ SN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Słupki z marchewki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Słupki z marchewki 50 g			
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Fasolka po bretońsku 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Ziemniaki gotowane 180 g (GLU PSZ) Mandarynka 150 g Kompot owocowy z jabłkami z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Kaszotto jęczmiennie z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JEJCZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 80 g (GLU PSZ) Ziemniaki gotowane 180 g Cukinia pieczona z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami z/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmiennie z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JEJCZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Sałata szwedzka z olejem b/c 130 g (GOR) Cukinia pieczona z olejem* 60 g Kompot owocowy z jabłkami b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Kaszotto jęczmiennie z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JEJCZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 200 ml (GLU PSZ, SEL) Kaszotto jęczmiennie z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JEJCZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Sałata szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL) Kaszotto jęczmiennie z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JEJCZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Sałata szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR) Kompot owocowy z jabłkami z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL) Kaszotto jęczmiennie z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JEJCZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Sałata szwedzka z olejem b/c 130 g (GOR) Kompot owocowy z jabłkami z/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Łopatka wieprzowa pieczona 80 g Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Sałata szwedzka z olejem b/c 130 g (GOR) Mandarynka 150 g Biszkopt 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JEJCZ.) Kompot owocowy z jabłkami z/c 300 ml
	PD				Mandarynka 150 g Maślanka 150 ml (MLE)	Mandarynka 150 g			
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) Łopatka z bójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatka z bójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Łopatka z bójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatka z bójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatka z bójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Łopatka z bójnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Ogórek kiszony 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatka z bójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatka z bójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Ogórek kiszony 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) Ser żółty 30 g (MLE) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 50 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	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez miedziana o zaw.80% tł 5 g Ser żółty 30 g (MLE) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Sałata zielona 10 g
	Wartość energetyczna: 2379.74 kcal; Białko ogółem: 89.53 g; Tłuszcz: 62.06 g; Kw. tł. nasy.: 31.32 g; Węglowodany ogółem: 384.73 g; W tym cukry: 74.89 g; Błonnik pok.: 39.62 g; Sól: 11.00 g;	Wartość energetyczna: 2349.24 kcal; Białko ogółem: 88.79 g; Tłuszcz: 60.22 g; Kw. tł. nasy.: 24.93 g; Węglowodany ogółem: 374.38 g; W tym cukry: 90.92 g; Błonnik pok.: 26.02 g; Sól: 8.40 g;	Wartość energetyczna: 2367.47 kcal; Białko ogółem: 95.63 g; Tłuszcz: 61.20 g; Kw. tł. nasy.: 25.14 g; Węglowodany ogółem: 367.30 g; W tym cukry: 89.78 g; Błonnik pok.: 18.31 g; Sól: 6.88 g;	Wartość energetyczna: 2207.04 kcal; Białko ogółem: 99.35 g; Tłuszcz: 72.55 g; Kw. tł. nasy.: 30.77 g; Węglowodany ogółem: 312.31 g; W tym cukry: 55.62 g; Błonnik pok.: 48.34 g; Sól: 11.45 g;	Wartość energetyczna: 2378.58 kcal; Białko ogółem: 92.96 g; Tłuszcz: 60.52 g; Kw. tł. nasy.: 24.88 g; Węglowodany ogółem: 376.34 g; W tym cukry: 92.62 g; Błonnik pok.: 23.74 g; Sól: 7.41 g;	Wartość energetyczna: 1762.60 kcal; Białko ogółem: 77.98 g; Tłuszcz: 54.40 g; Kw. tł. nasy.: 21.69 g; Węglowodany ogółem: 251.28 g; W tym cukry: 69.02 g; Błonnik pok.: 21.15 g; Sól: 7.01 g;	Wartość energetyczna: 1842.45 kcal; Białko ogółem: 77.18 g; Tłuszcz: 61.36 g; Kw. tł. nasy.: 27.83 g; Węglowodany ogółem: 256.90 g; W tym cukry: 70.78 g; Błonnik pok.: 22.08 g; Sól: 7.50 g;	Wartość energetyczna: 2094.97 kcal; Białko ogółem: 90.12 g; Tłuszcz: 67.01 g; Kw. tł. nasy.: 30.03 g; Węglowodany ogółem: 295.62 g; W tym cukry: 78.09 g; Błonnik pok.: 25.68 g; Sól: 9.71 g;	Wartość energetyczna: 916.39 kcal; Białko ogółem: 40.00 g; Tłuszcz: 23.54 g; Kw. tł. nasy.: 6.10 g; Węglowodany ogółem: 149.87 g; W tym cukry: 40.76 g; Błonnik pok.: 14.30 g; Sól: 3.36 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 PIM MSWiA WARSZAWA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków zołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne
2024-12-24 wtorek	Sniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z białek z natką pietruszki 100 g (<u>JAJ, MLE</u>) Sałatka z pomidorów bez skórki i koperku 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml	
		II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Hummus z ciecierzycy 50 g Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Niespodzianka 1 szt		
2024-12-24 wtorek	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pierogi z serem* 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Mandarynka 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pierogi z serem* 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Jabłko pieczone 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet ryбно-warzywny* 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Mandarynka 150 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 130 g (<u>SEL</u>) Szpinak gotowany z olejem* 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pierogi z serem* 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Jabłko pieczone 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pierogi z serem* 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Mandarynka 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pierogi z serem* 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Mandarynka 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pierogi z serem* 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Mandarynka 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet ryбно-warzywny* 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 130 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Makowiec 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Mandarynka 150 g
		PD		Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>) Pomarańcza 150 g		Pomarańcza 150 g			
2024-12-24 wtorek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ryba (miruna) po grecku* 80 g (<u>GLU PSZ, RYB, SEL</u>) Sledź z cebulką w oleju 60 g (<u>RYB</u>) Chrzan 10 g (<u>MLE, ŚO2</u>) Sałatka jarzynowa* 80 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Sałata zielona 20 g Kompot z suszu 300 ml Makowiec 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ryba (miruna) po grecku* 80 g (<u>GLU PSZ, RYB, SEL</u>) Ryba w galarecie (Miruna) 60 g (<u>RYB</u>) Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (<u>MLE, SEL</u>) Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (<u>MLE, SEL</u>) Sałata zielona 20 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, ŚO2</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ryba (miruna) po grecku* 80 g (<u>GLU PSZ, RYB, SEL</u>) Ryba w galarecie (Miruna) 80 g (<u>RYB</u>) Sledź z cebulką w oleju 60 g (<u>RYB</u>) Chrzan 10 g (<u>MLE, ŚO2</u>) Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (<u>MLE, SEL</u>) Sałata zielona 20 g Kompot z suszu b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ryba w galarecie (Miruna) 80 g (<u>RYB</u>) Sledź z cebulką w oleju 60 g (<u>RYB</u>) Chrzan 10 g (<u>MLE, ŚO2</u>) Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (<u>MLE, SEL</u>) Sałata zielona 20 g Kompot z suszu b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ryba (miruna) po grecku* 80 g (<u>GLU PSZ, RYB, SEL</u>) Ryba w galarecie (Miruna) 60 g (<u>RYB</u>) Sałatka jarzynowa* dieta 60 g (<u>MLE, SEL</u>) Sałata zielona 20 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, ŚO2</u>)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Ryba (miruna) po grecku* 80 g (<u>GLU PSZ, RYB, SEL</u>) Ryba w galarecie (Miruna) 60 g (<u>RYB</u>) Sałatka jarzynowa* dieta 60 g (<u>MLE, SEL</u>) Sałata zielona 20 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, ŚO2</u>)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ryba (miruna) po grecku* 80 g (<u>GLU PSZ, RYB, SEL</u>) Ryba w galarecie (Miruna) 60 g (<u>RYB</u>) Sałatka jarzynowa* dieta 60 g (<u>MLE, SEL</u>) Sałata zielona 20 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, ŚO2</u>)	
		PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g	
		Wartość energetyczna: 3028.91 kcal; Białko ogółem: 99.04 g; Tłuszcz: 95.66 g; Kw. tł. nasy.: 28.60 g; Węglowodany ogółem: 452.70 g; W tym cukry: 85.78 g; Błonnik pok.: 40.15 g; Sól: 10.99 g;	Wartość energetyczna: 2932.05 kcal; Białko ogółem: 126.59 g; Tłuszcz: 71.78 g; Kw. tł. nasy.: 30.46 g; Węglowodany ogółem: 424.88 g; W tym cukry: 78.07 g; Błonnik pok.: 32.86 g; Sól: 7.05 g;	Wartość energetyczna: 2880.18 kcal; Białko ogółem: 131.52 g; Tłuszcz: 74.74 g; Kw. tł. nasy.: 29.81 g; Węglowodany ogółem: 424.88 g; W tym cukry: 79.67 g; Błonnik pok.: 29.99 g; Sól: 6.31 g;	Wartość energetyczna: 2719.52 kcal; Białko ogółem: 116.67 g; Tłuszcz: 78.72 g; Kw. tł. nasy.: 25.72 g; Węglowodany ogółem: 380.70 g; W tym cukry: 69.86 g; Błonnik pok.: 56.42 g; Sól: 9.24 g;	Wartość energetyczna: 3012.50 kcal; Białko ogółem: 134.95 g; Tłuszcz: 75.44 g; Kw. tł. nasy.: 29.97 g; Węglowodany ogółem: 453.81 g; W tym cukry: 79.94 g; Błonnik pok.: 32.02 g; Sól: 7.11 g;	Wartość energetyczna: 2046.23 kcal; Białko ogółem: 97.96 g; Tłuszcz: 52.94 g; Kw. tł. nasy.: 21.24 g; Węglowodany ogółem: 296.82 g; W tym cukry: 65.05 g; Błonnik pok.: 25.03 g; Sól: 3.29 g;	Wartość energetyczna: 2269.75 kcal; Białko ogółem: 101.30 g; Tłuszcz: 62.90 g; Kw. tł. nasy.: 27.33 g; Węglowodany ogółem: 328.00 g; W tym cukry: 83.48 g; Błonnik pok.: 27.07 g; Sól: 4.92 g;	Wartość energetyczna: 2593.90 kcal; Białko ogółem: 115.76 g; Tłuszcz: 76.66 g; Kw. tł. nasy.: 30.74 g; Węglowodany ogółem: 364.74 g; W tym cukry: 88.76 g; Błonnik pok.: 29.62 g; Sól: 4.92 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 PIM MSWiA WARSZAWA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne	
2024-12-25 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (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) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 40 g Schab gotowany 40 g Sernik 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Mandarynka 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 40 g Schab gotowany 40 g Banan 150 g Sernik 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Mielona Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 40 g Schab gotowany 40 g Banan 150 g Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 40 g Schab gotowany 40 g Mandarynka 150 g Ciasto drożdżowe b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 40 g Schab gotowany 40 g Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE) Mandarynka 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g Schab gotowany 20 g Sernik 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Mandarynka 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 40 g Schab gotowany 30 g Sernik 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Mandarynka 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 40 g Schab gotowany 40 g Sernik 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Mandarynka 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml	
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Ser żółty 30 g (MLE) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Banan 150 g			
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Fasolka szparagowa z wodą* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe mielone 180 g Ziemniaki gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g Fasolka szparagowa z wodą* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 200 ml (GLU PSZ, SEL.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (GLU PSZ, SEL.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 120 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (GLU PSZ, SEL.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 140 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Sernik 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Banan 150 g
	PD			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Jabłko 150 g			Pierniczki świąteczne 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE)			
	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) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Cwikła z chrzanem 80 g (MLE, SOJ.) Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałatka z pomidorów i natki pietruszki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Mielona Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałatka z pomidorów bez skórki i natki pietruszki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałatka z pomidorów bez skórki i natki pietruszki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 40 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 40 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml	
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Mielona Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g			
	Wartość energetyczna: 2555.02 kcal; Białko ogółem: 130.97 g; Tłuszcz: 73.60 g; Kw. tł. nasy.: 29.68 g; Węglowodany ogółem: 356.53 g; W tym cukry: 72.41 g; Błonnik pok.: 30.68 g; Sól: 10.52 g;	Wartość energetyczna: 2645.64 kcal; Białko ogółem: 133.44 g; Tłuszcz: 71.96 g; Kw. tł. nasy.: 29.68 g; Węglowodany ogółem: 377.67 g; W tym cukry: 82.81 g; Błonnik pok.: 24.27 g; Sól: 10.63 g;	Wartość energetyczna: 2563.31 kcal; Białko ogółem: 108.23 g; Tłuszcz: 68.43 g; Kw. tł. nasy.: 25.98 g; Węglowodany ogółem: 323.95 g; W tym cukry: 108.18 g; Błonnik pok.: 24.09 g; Sól: 8.64 g;	Wartość energetyczna: 2624.31 kcal; Białko ogółem: 139.83 g; Tłuszcz: 82.49 g; Kw. tł. nasy.: 33.66 g; Węglowodany ogółem: 323.95 g; W tym cukry: 51.62 g; Błonnik pok.: 45.08 g; Sól: 11.97 g;	Wartość energetyczna: 2714.26 kcal; Białko ogółem: 126.94 g; Tłuszcz: 78.00 g; Kw. tł. nasy.: 30.70 g; Węglowodany ogółem: 388.09 g; W tym cukry: 107.36 g; Błonnik pok.: 25.87 g; Sól: 9.62 g;	Wartość energetyczna: 1968.89 kcal; Białko ogółem: 102.39 g; Tłuszcz: 62.54 g; Kw. tł. nasy.: 23.55 g; Węglowodany ogółem: 256.76 g; W tym cukry: 87.38 g; Błonnik pok.: 15.45 g; Sól: 6.05 g;	Wartość energetyczna: 2103.74 kcal; Białko ogółem: 109.32 g; Tłuszcz: 71.40 g; Kw. tł. nasy.: 28.81 g; Węglowodany ogółem: 264.00 g; W tym cukry: 89.23 g; Błonnik pok.: 16.29 g; Sól: 6.82 g;	Wartość energetyczna: 2359.58 kcal; Białko ogółem: 124.13 g; Tłuszcz: 76.02 g; Kw. tł. nasy.: 30.51 g; Węglowodany ogółem: 303.74 g; W tym cukry: 94.16 g; Błonnik pok.: 18.99 g; Sól: 8.93 g;	Wartość energetyczna: 1152.92 kcal; Białko ogółem: 62.70 g; Tłuszcz: 37.23 g; Kw. tł. nasy.: 10.04 g; Węglowodany ogółem: 148.38 g; W tym cukry: 45.58 g; Błonnik pok.: 12.55 g; Sól: 2.02 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 PIM MSWiA WARSZAWA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków zołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne
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 homo. naturalny 80 g (MLE) Pasztet Ciecchanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wiewprzowych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Ciasto piernik 50 g (GLU PSZ, MLE, SO2, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml	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) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ) Dyńnia z wody 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml Ciasto marchewkowe 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) mielona Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ) Dyńnia z wody 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml Ciasto marchewkowe 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml Ciasto drożdżowe b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ) Dyńnia z wody 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml Ciasto drożdżowe b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Płatki owsiane na mleku 150 ml (MLE, GLU, OW,) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ) Papryka świeża 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU, OW,) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ) Papryka świeża 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml	
I / S N				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT.) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml					Ciasto piernik 50 g (GLU PSZ, MLE, SO2, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)
Obiad	Pomidorowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL,) Karczek pieczony 80 g (GLU PSZ) Sos meksykański 80 g (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL,) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (GLU PSZ) Sos własny (l) 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL,) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 80 g (GLU PSZ) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL,) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (GLU PSZ) Sos własny (l) 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL,) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (GLU PSZ) Sos własny (l) 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem * 200 ml (MLE, SEL,) Bitka z szynki wieprzowej 60 g (GLU PSZ) Sos własny (l) 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 120 g Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL,) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (GLU PSZ) Sos własny (l) 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 120 g Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL,) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (GLU PSZ) Sos własny (l) 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 140 g Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL,) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (GLU PSZ) Sos własny (l) 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Mandarynka 150 g Ciasto piernik 50 g (GLU PSZ, MLE, SO2, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)
PD				Płatki owsiane 10 g (GLU OW) Masłanka 150 ml (MLE)			Mandarynka 150 g		
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) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Chrzan 10 g (MLE, SO2) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Sałata z pomidorów i natki pietruszki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Sałata z pomidorów bez skórki i natki pietruszki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml Chrzan 10 g (MLE, SO2)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Sałata z pomidorów bez skórki i natki pietruszki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml	
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	Masło extra 82% 5 g (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) mielona Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	Masło extra 82% 5 g (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	
	Wartość energetyczna: 2540.16 kcal; Białko ogółem: 101.46 g; Tłuszcz: 84.39 g; Kw. tł. nasy.: 31.69 g; Węglowodany ogółem: 358.22 g; W tym cukry: 66.05 g; Błonnik pok.: 33.69 g; Sól: 10.99 g;	Wartość energetyczna: 2334.66 kcal; Białko ogółem: 104.65 g; Tłuszcz: 59.21 g; Kw. tł. nasy.: 22.51 g; Węglowodany ogółem: 356.32 g; W tym cukry: 75.64 g; Błonnik pok.: 24.63 g; Sól: 10.21 g;	Wartość energetyczna: 2377.32 kcal; Białko ogółem: 106.56 g; Tłuszcz: 62.56 g; Kw. tł. nasy.: 23.28 g; Węglowodany ogółem: 356.58 g; W tym cukry: 78.57 g; Błonnik pok.: 20.73 g; Sól: 8.39 g;	Wartość energetyczna: 2396.15 kcal; Białko ogółem: 112.09 g; Tłuszcz: 66.65 g; Kw. tł. nasy.: 23.36 g; Węglowodany ogółem: 328.44 g; W tym cukry: 53.64 g; Błonnik pok.: 45.86 g; Sól: 10.26 g;	Wartość energetyczna: 2364.66 kcal; Białko ogółem: 108.85 g; Tłuszcz: 59.51 g; Kw. tł. nasy.: 22.46 g; Węglowodany ogółem: 358.42 g; W tym cukry: 77.44 g; Błonnik pok.: 22.38 g; Sól: 9.23 g;	Wartość energetyczna: 1533.16 kcal; Białko ogółem: 70.60 g; Tłuszcz: 49.18 g; Kw. tł. nasy.: 15.66 g; Węglowodany ogółem: 210.13 g; W tym cukry: 58.31 g; Błonnik pok.: 16.62 g; Sól: 4.44 g;	Wartość energetyczna: 1701.78 kcal; Białko ogółem: 76.41 g; Tłuszcz: 60.80 g; Kw. tł. nasy.: 22.65 g; Węglowodany ogółem: 220.83 g; W tym cukry: 67.72 g; Błonnik pok.: 17.53 g; Sól: 4.89 g;	Wartość energetyczna: 1998.52 kcal; Białko ogółem: 92.67 g; Tłuszcz: 68.00 g; Kw. tł. nasy.: 24.18 g; Węglowodany ogółem: 265.32 g; W tym cukry: 76.03 g; Błonnik pok.: 23.14 g; Sól: 6.84 g;	Wartość energetyczna: 948.54 kcal; Białko ogółem: 38.71 g; Tłuszcz: 26.78 g; Kw. tł. nasy.: 5.21 g; Węglowodany ogółem: 145.13 g; W tym cukry: 38.58 g; Błonnik pok.: 14.25 g; Sól: 1.83 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 PIM MSWiA WARSZAWA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne
Sniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Ogórek kiszony 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Dżem 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) mielona Szynkowa Extra-wędzonka wędzona z wodą dodaną, 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Dżem 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Ogórek kiszony 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa Extra-wędzonka wędzona z wodą dodaną, 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Dżem 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Ogórek kiszony 40 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Ogórek kiszony 50 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Ogórek kiszony 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wędziny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Jabłko 150 g		
Obiad	Szpinakowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami* (bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 60 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami* (bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami* 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 60 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki gotowane 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 60 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki gotowane 120 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki gotowane 140 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
				Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (<u>MLE</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g			Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE</u>)		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza manna na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza manna na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) mielona Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 10 g	
PN	Wartość energetyczna: 2299.97 kcal; Białko ogółem: 99.45 g; Tłuszcz: 65.30 g; Kw. tł. nasy.: 24.89 g; Węglowodany ogółem: 343.36 g; W tym cukry: 73.76 g; Błonnik pok.: 31.57 g; Sól: 9.17 g;	Wartość energetyczna: 2417.58 kcal; Białko ogółem: 101.23 g; Tłuszcz: 61.56 g; Kw. tł. nasy.: 24.46 g; Węglowodany ogółem: 376.79 g; W tym cukry: 102.62 g; Błonnik pok.: 25.72 g; Sól: 7.39 g;	Wartość energetyczna: 2353.25 kcal; Białko ogółem: 99.11 g; Tłuszcz: 54.14 g; Kw. tł. nasy.: 21.59 g; Węglowodany ogółem: 378.44 g; W tym cukry: 104.89 g; Błonnik pok.: 23.47 g; Sól: 7.59 g;	Wartość energetyczna: 2153.17 kcal; Białko ogółem: 106.80 g; Tłuszcz: 70.10 g; Kw. tł. nasy.: 23.80 g; Węglowodany ogółem: 295.41 g; W tym cukry: 37.40 g; Błonnik pok.: 43.09 g; Sól: 9.30 g;	Wartość energetyczna: 2343.13 kcal; Białko ogółem: 98.19 g; Tłuszcz: 54.25 g; Kw. tł. nasy.: 21.83 g; Węglowodany ogółem: 376.89 g; W tym cukry: 103.48 g; Błonnik pok.: 24.97 g; Sól: 8.23 g;	Wartość energetyczna: 1584.18 kcal; Białko ogółem: 74.30 g; Tłuszcz: 46.60 g; Kw. tł. nasy.: 18.50 g; Węglowodany ogółem: 225.21 g; W tym cukry: 90.91 g; Błonnik pok.: 17.06 g; Sól: 4.55 g;	Wartość energetyczna: 1635.37 kcal; Białko ogółem: 70.86 g; Tłuszcz: 52.65 g; Kw. tł. nasy.: 22.52 g; Węglowodany ogółem: 228.58 g; W tym cukry: 90.81 g; Błonnik pok.: 18.25 g; Sól: 4.80 g;	Wartość energetyczna: 2003.99 kcal; Białko ogółem: 96.68 g; Tłuszcz: 63.74 g; Kw. tł. nasy.: 25.80 g; Węglowodany ogółem: 271.87 g; W tym cukry: 96.62 g; Błonnik pok.: 22.88 g; Sól: 6.52 g;	Wartość energetyczna: 1093.14 kcal; Białko ogółem: 38.08 g; Tłuszcz: 32.33 g; Kw. tł. nasy.: 7.53 g; Węglowodany ogółem: 170.55 g; W tym cukry: 55.03 g; Błonnik pok.: 16.45 g; Sól: 2.08 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 PIM MSWiA WARSZAWA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków zołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (<u>SOJ, MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (<u>SOJ, MLE</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) mielona Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (<u>SOJ, MLE</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (<u>SOJ, MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 20 g (<u>SOJ, MLE</u>) Pomidor 40 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 150 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 20 g (<u>SOJ, MLE</u>) Pomidor 40 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 200 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (<u>SOJ, MLE</u>) Pomidor 40 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (<u>SOJ, MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	
	II/ SN					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Twarożek z ziołami 50 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)		
Obiad	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Ryż na sypko 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 130 g Szpinak gotowany z olejem* 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Ryż na sypko 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami * 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Gulasz wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Ryż na sypko 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Gulasz wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Ryż na sypko 140 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Ryż na sypko 140 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 130 g Banana 150 g Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD					Pieczewo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Masłanka 150 ml (<u>MLE</u>)	Banana 150 g		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasztet z soczewicy * 100 g (<u>JAJ</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Dynia z wody 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) mielona Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa w. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Dynia z wody 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasztet z soczewicy * 100 g (<u>JAJ</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Dynia z wody 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Ogórek kiszony 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Ogórek kiszony 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
	PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)			
	Wartość energetyczna: 2588.94 kcal; Białko ogółem: 98.54 g; Tłuszcz: 73.43 g; Kw. tł. nasy.: 24.38 g; Węglowodany ogółem: 398.89 g; W tym cukry: 65.74 g; Błonnik pok.: 33.78 g; Sól: 8.39 g;	Wartość energetyczna: 2324.14 kcal; Białko ogółem: 91.46 g; Tłuszcz: 59.79 g; Kw. tł. nasy.: 23.33 g; Węglowodany ogółem: 363.84 g; W tym cukry: 66.79 g; Błonnik pok.: 24.34 g; Sól: 8.47 g;	Wartość energetyczna: 2266.97 kcal; Białko ogółem: 95.85 g; Tłuszcz: 57.20 g; Kw. tł. nasy.: 23.00 g; Węglowodany ogółem: 351.20 g; W tym cukry: 69.56 g; Błonnik pok.: 22.82 g; Sól: 7.54 g;	Wartość energetyczna: 2485.53 kcal; Białko ogółem: 111.79 g; Tłuszcz: 77.28 g; Kw. tł. nasy.: 26.48 g; Węglowodany ogółem: 356.59 g; W tym cukry: 38.87 g; Błonnik pok.: 52.71 g; Sól: 8.79 g;	Wartość energetyczna: 2343.49 kcal; Białko ogółem: 94.24 g; Tłuszcz: 59.99 g; Kw. tł. nasy.: 23.30 g; Węglowodany ogółem: 257.47 g; W tym cukry: 67.89 g; Błonnik pok.: 22.80 g; Sól: 7.81 g;	Wartość energetyczna: 1649.49 kcal; Białko ogółem: 63.68 g; Tłuszcz: 43.37 g; Kw. tł. nasy.: 15.43 g; Węglowodany ogółem: 257.47 g; W tym cukry: 93.17 g; Błonnik pok.: 14.11 g; Sól: 4.33 g;	Wartość energetyczna: 1832.32 kcal; Białko ogółem: 69.21 g; Tłuszcz: 54.13 g; Kw. tł. nasy.: 20.94 g; Węglowodany ogółem: 274.10 g; W tym cukry: 93.49 g; Błonnik pok.: 15.63 g; Sól: 5.00 g;	Wartość energetyczna: 2113.05 kcal; Białko ogółem: 84.44 g; Tłuszcz: 61.71 g; Kw. tł. nasy.: 23.42 g; Węglowodany ogółem: 313.60 g; W tym cukry: 100.31 g; Błonnik pok.: 19.64 g; Sól: 7.27 g;	Wartość energetyczna: 1159.55 kcal; Białko ogółem: 42.35 g; Tłuszcz: 28.53 g; Kw. tł. nasy.: 5.54 g; Węglowodany ogółem: 189.99 g; W tym cukry: 48.54 g; Błonnik pok.: 13.64 g; Sól: 1.24 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 PIM MSWiA WARSZAWA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne	
2024-12-29 niedziela	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 300 ml (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) Łopatką zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Banan 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Banan 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Banan 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Łopatką zbójnicka wieprzowa wędzona 20 g (SOJ.) Pomidor 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Pomidor 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
		II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Hummus z ciecierzycy 50 g Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Serek homogenizowany o smaku waniliowym 140g 1 szt (MLE)			
2024-12-29 niedziela	Obiad	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Bitka schabowa 80 g (GLU PSZ) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU PSZ) Ziemniaki gotowane 180 g Salatka szwedzka z olejem b/c 130 g (GOR) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mлека)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Bitka schabowa 80 g (GLU PSZ) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU PSZ) Ziemniaki gotowane 180 g Cukinia pieczona z olejem * 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mлека)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 80 g (GLU PSZ) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU PSZ) Ziemniaki gotowane 180 g Cukinia pieczona z olejem * 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pieczarkowa z makaronem (bez mлека) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Bitka schabowa 80 g (GLU PSZ) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU PSZ) Ziemniaki gotowane 180 g Cukinia pieczona z olejem * 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mлека)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Bitka schabowa 80 g (GLU PSZ) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU PSZ) Ziemniaki gotowane 180 g Cukinia pieczona z olejem * 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pieczarkowa z makaronem * 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Bitka schabowa 80 g (GLU PSZ) Sos pieczeniowy 50 ml (GLU PSZ) Ziemniaki gotowane 100 g Salatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Bitka schabowa 80 g (GLU PSZ) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU PSZ) Ziemniaki gotowane 120 g Salatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Bitka schabowa 80 g (GLU PSZ) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU PSZ) Ziemniaki gotowane 140 g Salatka szwedzka z olejem b/c 130 g (GOR) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Bitka schabowa 80 g (GLU PSZ) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU PSZ) Ziemniaki gotowane 180 g Salatka szwedzka z olejem b/c 130 g (GOR) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
		PD			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Jabłko 150 g		Galaretka o smaku truskawkowym z owocami 200 g			
2024-12-29 niedziela	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) Ser żółty 50 g (MLE) Jabłko 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu waniliowa 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu waniliowa 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 40 g (MLE) Papryka świeża 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser żółty 40 g (MLE) Papryka świeża 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
		PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chaika 50 g (GLU PSZ, JAJ)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ) Salata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chaika 50 g (GLU PSZ, JAJ)		Chalka 50 g (GLU PSZ, JAJ) Dżem 25 g 1 szt			
		Wartość energetyczna: 2334.76 kcal; Białko ogółem: 96.80 g; Tłuszcz: 71.17 g; Kw. tł. nasy.: 30.26 g; Węglowodany ogółem: 340.87 g; W tym cukry: 74.81 g; Błonnik pok.: 27.00 g; Sól: 9.32 g;	Wartość energetyczna: 2410.52 kcal; Białko ogółem: 101.03 g; Tłuszcz: 58.18 g; Kw. tł. nasy.: 22.69 g; Węglowodany ogółem: 383.04 g; W tym cukry: 113.58 g; Błonnik pok.: 20.72 g; Sól: 7.42 g;	Wartość energetyczna: 2457.02 kcal; Białko ogółem: 101.43 g; Tłuszcz: 62.23 g; Kw. tł. nasy.: 23.97 g; Węglowodany ogółem: 384.26 g; W tym cukry: 113.86 g; Błonnik pok.: 17.73 g; Sól: 5.91 g;	Wartość energetyczna: 2154.40 kcal; Białko ogółem: 105.08 g; Tłuszcz: 69.74 g; Kw. tł. nasy.: 24.02 g; Węglowodany ogółem: 295.87 g; W tym cukry: 44.75 g; Błonnik pok.: 42.05 g; Sól: 9.79 g;	Wartość energetyczna: 2430.52 kcal; Białko ogółem: 103.83 g; Tłuszcz: 58.38 g; Kw. tł. nasy.: 22.66 g; Węglowodany ogółem: 384.44 g; W tym cukry: 114.78 g; Błonnik pok.: 19.22 g; Sól: 6.77 g;	Wartość energetyczna: 1759.65 kcal; Białko ogółem: 79.12 g; Tłuszcz: 54.62 g; Kw. tł. nasy.: 22.60 g; Węglowodany ogółem: 244.32 g; W tym cukry: 81.61 g; Błonnik pok.: 9.95 g; Sól: 4.67 g;	Wartość energetyczna: 1853.60 kcal; Białko ogółem: 79.38 g; Tłuszcz: 61.97 g; Kw. tł. nasy.: 27.23 g; Węglowodany ogółem: 251.48 g; W tym cukry: 83.49 g; Błonnik pok.: 10.96 g; Sól: 4.98 g;	Wartość energetyczna: 2174.10 kcal; Białko ogółem: 93.93 g; Tłuszcz: 70.13 g; Kw. tł. nasy.: 30.68 g; Węglowodany ogółem: 300.71 g; W tym cukry: 92.60 g; Błonnik pok.: 14.72 g; Sól: 6.45 g;	Wartość energetyczna: 1214.85 kcal; Białko ogółem: 47.04 g; Tłuszcz: 34.40 g; Kw. tł. nasy.: 6.79 g; Węglowodany ogółem: 186.19 g; W tym cukry: 31.10 g; Błonnik pok.: 11.64 g; Sól: 3.59 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 PIM MSWiA WARSZAWA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków ziołkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne
Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, OW,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU, ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU, ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wędzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u>) Rzodkiew biała plasterki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, OW,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU, ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wędzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u>) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, OW,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) mielony Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wędzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u>) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wędzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u>) Rzodkiew biała plasterki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, OW,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wędzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u>) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 150 ml (<u>MLE, GLU, OW,</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU, PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wędzony 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u>) Rzodkiew biała plasterki 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 200 ml (<u>MLE, GLU, OW,</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU, PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wędzony 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u>) Rzodkiew biała plasterki 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, OW,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wędzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u>) Rzodkiew biała plasterki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Mandarynka 150 g		
Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL, GOR,</u>) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL,</u>) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL,</u>) Mięso wieprzowe mielone w sosie wt 80 g (<u>GLU, PSZ,</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL, GOR,</u>) Pulpet mięsno-warzywny* (wieprzowy) 80 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU, PSZ, MLE,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 130 g (<u>SEL,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 60 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL,</u>) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka)* 200 ml (<u>GLU, PSZ, SEL,</u>) Ryż na sypko 100 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka)* 300 ml (<u>GLU, PSZ, SEL,</u>) Ryż na sypko 120 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka)* 300 ml (<u>GLU, PSZ, SEL,</u>) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL, GOR,</u>) Pulpet mięsno-warzywny* (wieprzowy) 80 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU, PSZ, MLE,</u>) Ryż na sypko 180 g Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 130 g (<u>SEL,</u>) Drożdżówka różna 1 szt (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE,</u>) Mandarynka 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
PD				Maślanka 150 ml (<u>MLE,</u>) Platki pszenne 10 g (<u>GLU, PSZ,</u>)			Sok jabłkowy 100% 0,2l w kartoniku 1 szt		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Buraczki z jabłkiem b/c 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Buraczki z jabłkiem b/c 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) mielona Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>) Buraczki z jabłkiem b/c 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>) Buraczki z jabłkiem b/c 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (<u>GLU, PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU, PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Buraczki z jabłkiem b/c 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU, PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Buraczki z jabłkiem b/c 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Buraczki z jabłkiem b/c 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Plat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU, PSZ, SOJ,</u>) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Plat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU, PSZ, SOJ,</u>) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) mielony Filet szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU, PSZ, SOJ,</u>) Salata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Plat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU, PSZ, SOJ,</u>) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Plat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU, PSZ, SOJ,</u>) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU, PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Plat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU, PSZ, SOJ,</u>) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU, PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Plat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU, PSZ, SOJ,</u>) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Plat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU, PSZ, SOJ,</u>) Salata zielona 10 g	
	Wartość energetyczna: 2332.90 kcal; Białko ogółem: 85.42 g; Tłuszcz: 62.07 g; Kw. tł. nasy.: 26.86 g; Węglowodany ogółem: 377.83 g; W tym cukry: 105.29 g; Błonnik pok.: 30.37 g; Sól: 8.62 g;	Wartość energetyczna: 2380.46 kcal; Białko ogółem: 84.13 g; Tłuszcz: 52.44 g; Kw. tł. nasy.: 24.80 g; Węglowodany ogółem: 408.34 g; W tym cukry: 131.29 g; Błonnik pok.: 21.97 g; Sól: 7.93 g;	Wartość energetyczna: 2367.19 kcal; Białko ogółem: 87.12 g; Tłuszcz: 66.73 g; Kw. tł. nasy.: 25.52 g; Węglowodany ogółem: 367.60 g; W tym cukry: 92.16 g; Błonnik pok.: 23.56 g; Sól: 7.93 g;	Wartość energetyczna: 2282.00 kcal; Białko ogółem: 96.68 g; Tłuszcz: 80.33 g; Kw. tł. nasy.: 27.53 g; Węglowodany ogółem: 317.04 g; W tym cukry: 42.59 g; Błonnik pok.: 56.49 g; Sól: 9.89 g;	Wartość energetyczna: 2351.15 kcal; Białko ogółem: 79.70 g; Tłuszcz: 50.32 g; Kw. tł. nasy.: 24.19 g; Węglowodany ogółem: 409.99 g; W tym cukry: 132.49 g; Błonnik pok.: 20.47 g; Sól: 8.13 g;	Wartość energetyczna: 1411.97 kcal; Białko ogółem: 59.49 g; Tłuszcz: 33.93 g; Kw. tł. nasy.: 15.34 g; Węglowodany ogółem: 229.02 g; W tym cukry: 107.92 g; Błonnik pok.: 14.02 g; Sól: 3.21 g;	Wartość energetyczna: 1517.96 kcal; Białko ogółem: 59.31 g; Tłuszcz: 41.53 g; Kw. tł. nasy.: 21.49 g; Węglowodany ogółem: 239.84 g; W tym cukry: 110.16 g; Błonnik pok.: 15.71 g; Sól: 3.53 g;	Wartość energetyczna: 1880.01 kcal; Białko ogółem: 74.70 g; Tłuszcz: 50.53 g; Kw. tł. nasy.: 24.37 g; Węglowodany ogółem: 297.21 g; W tym cukry: 117.23 g; Błonnik pok.: 20.85 g; Sól: 5.10 g;	Wartość energetyczna: 1398.72 kcal; Białko ogółem: 40.20 g; Tłuszcz: 42.93 g; Kw. tł. nasy.: 9.17 g; Węglowodany ogółem: 223.96 g; W tym cukry: 36.20 g; Błonnik pok.: 19.98 g; Sól: 2.93 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 PIM MSWiA WARSZAWA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków zołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne
Sniadanie	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka* 100 g (<u>SEL</u>) Salatka z pomidorów i natką pietruszki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml Mandarynka 1 szt	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka* 100 g (<u>SEL</u>) Salatka z pomidorów i natką pietruszki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml Mandarynka 1 szt	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka* 100 g (<u>SEL</u>) Salatka z pomidorów i natką pietruszki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml Banan 1szt. 1 szt	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka* 100 g (<u>SEL</u>) Salatka z pomidorów i natką pietruszki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml Mandarynka 1 szt	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka* 100 g (<u>SEL</u>) Salatka z pomidorów i natką pietruszki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml Banan 1szt. 1 szt	Makaron na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka* 50 g (<u>SEL</u>) Salatka z pomidorów i natką pietruszki 40 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Mandarynka 1 szt	Makaron na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka* 50 g (<u>SEL</u>) Salatka z pomidorów i natką pietruszki 40 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml Mandarynka 1 szt	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka* 100 g (<u>SEL</u>) Salatka z pomidorów i natką pietruszki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml Mandarynka 1 szt	
II/ SN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Słupki z marchewki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Banan 150 g		
Obiad	Grochowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Szpinak gotowany z olejem* 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami* 200 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 120 g (<u>GLU JECZ</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 140 g (<u>GLU JECZ</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
PD				Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (<u>MLE</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g			Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE</u>)		
Kolejacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z makreli, groszku i cebuli 100 g (<u>RYB</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, ŚO2</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (<u>RYB, SEL</u>) Dyńia z wody 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, ŚO2</u>)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (<u>RYB, SEL</u>) Dyńia z wody 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, ŚO2</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 100 g (<u>RYB, SEL</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 50 g (<u>RYB, SEL</u>) Ogórek kiszony 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, ŚO2</u>)	Kasza manna na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 50 g (<u>RYB, SEL</u>) Ogórek kiszony 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, ŚO2</u>)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 50 g (<u>RYB, SEL</u>) Ogórek kiszony 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, ŚO2</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (<u>RYB, SEL</u>) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, ŚO2</u>)	
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod.biał.mleka w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL</u>) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod.biał.mleka w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL</u>) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod.biał.mleka w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL</u>) Salata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod.biał.mleka w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL</u>) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod.biał.mleka w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL</u>) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod.biał.mleka w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL</u>) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod.biał.mleka w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL</u>) Salata zielona 10 g		
	Wartość energetyczna: 2942.92 kcal; Białko ogółem: 108.79 g; Tłuszcz: 97.75 g; Kw. tł. nasy.: 31.25 g; Węglowodany ogółem: 426.35 g; W tym cukry: 70.13 g; Błonnik pok.: 42.86 g; Sól: 13.12 g;	Wartość energetyczna: 2599.76 kcal; Białko ogółem: 105.14 g; Tłuszcz: 64.57 g; Kw. tł. nasy.: 24.48 g; Węglowodany ogółem: 411.65 g; W tym cukry: 72.66 g; Błonnik pok.: 31.19 g; Sól: 9.09 g;	Wartość energetyczna: 2723.19 kcal; Białko ogółem: 108.87 g; Tłuszcz: 71.14 g; Kw. tł. nasy.: 25.03 g; Węglowodany ogółem: 423.70 g; W tym cukry: 103.27 g; Błonnik pok.: 28.30 g; Sól: 8.04 g;	Wartość energetyczna: 2907.00 kcal; Białko ogółem: 113.47 g; Tłuszcz: 95.87 g; Kw. tł. nasy.: 29.17 g; Węglowodany ogółem: 395.08 g; W tym cukry: 43.25 g; Błonnik pok.: 56.22 g; Sól: 11.81 g;	Wartość energetyczna: 2748.76 kcal; Białko ogółem: 106.54 g; Tłuszcz: 64.97 g; Kw. tł. nasy.: 24.70 g; Węglowodany ogółem: 447.45 g; W tym cukry: 101.86 g; Błonnik pok.: 32.69 g; Sól: 9.10 g;	Wartość energetyczna: 1950.49 kcal; Białko ogółem: 74.49 g; Tłuszcz: 51.92 g; Kw. tł. nasy.: 18.67 g; Węglowodany ogółem: 331.27 g; W tym cukry: 107.31 g; Błonnik pok.: 24.89 g; Sól: 5.47 g;	Wartość energetyczna: 2152.47 kcal; Białko ogółem: 80.08 g; Tłuszcz: 62.38 g; Kw. tł. nasy.: 23.76 g; Węglowodany ogółem: 331.27 g; W tym cukry: 109.90 g; Błonnik pok.: 29.44 g; Sól: 5.73 g;	Wartość energetyczna: 2544.00 kcal; Białko ogółem: 103.02 g; Tłuszcz: 73.93 g; Kw. tł. nasy.: 26.46 g; Węglowodany ogółem: 382.66 g; W tym cukry: 117.50 g; Błonnik pok.: 35.45 g; Sól: 8.24 g;	Wartość energetyczna: 1246.41 kcal; Białko ogółem: 45.95 g; Tłuszcz: 26.89 g; Kw. tł. nasy.: 4.76 g; Węglowodany ogółem: 216.01 g; W tym cukry: 49.04 g; Błonnik pok.: 22.95 g; Sól: 1.64 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 PIM MSWiA WARSZAWA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków zołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne
Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (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) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wiewrzowych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Sałatka jarzynowa* 80 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml Szarlotka 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wiewrzowa wędzona 40 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (MLE, SEL.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml Szarlotka 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Łopatką zbojnicka wiewrzowa wędzona 40 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (MLE, SEL.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wiewrzowa wędzona 40 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (MLE, SEL.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml Ciasto drożdżowe b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wiewrzowa wędzona 40 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (MLE, SEL.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	Ryż na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Łopatką zbojnicka wiewrzowa wędzona 20 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa* 40 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Szarlotka 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Ryż na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Łopatką zbojnicka wiewrzowa wędzona 30 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa* 40 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml Szarlotka 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Łopatką zbojnicka wiewrzowa wędzona 40 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa* 80 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml Szarlotka 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	
II ŚN	Jogurt brzoszkwiowy 150g 1 szt (MLE)								
Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Dynia z wody 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Dynia z wody 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Dynia z wody 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Dynia z wody 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos bazyliowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 120 g Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos bazyliowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 120 g Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 140 g Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 130 g Jabłko 150 g Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
PD	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Płatki owsiane 10 g (GLU OW)								
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) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Słupki z marchewki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE.) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE.) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE.) Banan 150 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) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	
	Wartość energetyczna: 2840.44 kcal; Białko ogółem: 124.52 g; Tłuszcz: 93.48 g; Kw. tł. nasy.: 35.43 g; Weglowodany ogółem: 388.18 g; W tym cukry: 85.18 g; Błonnik pok.: 28.65 g; Sól: 11.10 g;	Wartość energetyczna: 2687.90 kcal; Białko ogółem: 120.49 g; Tłuszcz: 75.19 g; Kw. tł. nasy.: 32.03 g; Weglowodany ogółem: 391.54 g; W tym cukry: 89.20 g; Błonnik pok.: 25.29 g; Sól: 9.26 g;	Wartość energetyczna: 2724.46 kcal; Białko ogółem: 123.08 g; Tłuszcz: 68.73 g; Kw. tł. nasy.: 29.30 g; Weglowodany ogółem: 412.08 g; W tym cukry: 91.75 g; Błonnik pok.: 25.07 g; Sól: 8.39 g;	Wartość energetyczna: 2508.37 kcal; Białko ogółem: 131.56 g; Tłuszcz: 75.61 g; Kw. tł. nasy.: 29.76 g; Weglowodany ogółem: 314.06 g; W tym cukry: 32.95 g; Błonnik pok.: 39.62 g; Sól: 11.87 g;	Wartość energetyczna: 2704.46 kcal; Białko ogółem: 120.28 g; Tłuszcz: 68.53 g; Kw. tł. nasy.: 29.33 g; Weglowodany ogółem: 410.68 g; W tym cukry: 90.55 g; Błonnik pok.: 26.57 g; Sól: 9.04 g;	Wartość energetyczna: 2102.70 kcal; Białko ogółem: 93.63 g; Tłuszcz: 69.02 g; Kw. tł. nasy.: 25.15 g; Weglowodany ogółem: 283.23 g; W tym cukry: 123.75 g; Błonnik pok.: 13.14 g; Sól: 5.75 g;	Wartość energetyczna: 2187.45 kcal; Białko ogółem: 94.27 g; Tłuszcz: 76.96 g; Kw. tł. nasy.: 31.57 g; Weglowodany ogółem: 286.18 g; W tym cukry: 125.49 g; Błonnik pok.: 13.62 g; Sól: 6.07 g;	Wartość energetyczna: 2523.40 kcal; Białko ogółem: 112.11 g; Tłuszcz: 85.89 g; Kw. tł. nasy.: 34.60 g; Weglowodany ogółem: 333.46 g; W tym cukry: 132.87 g; Błonnik pok.: 16.77 g; Sól: 7.83 g;	Wartość energetyczna: 1148.67 kcal; Białko ogółem: 60.83 g; Tłuszcz: 39.89 g; Kw. tł. nasy.: 9.67 g; Weglowodany ogółem: 141.16 g; W tym cukry: 30.09 g; Błonnik pok.: 11.80 g; Sól: 4.17 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 PIM MSWiA WARSZAWA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (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) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 20 g (SOJ, MLE) Ogórek kiszony 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (SOJ, MLE) Ogórek kiszony 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Twarożek 50 g (MLE) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Twarożek 50 g (MLE) Pomidor 50 g		
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 130 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ) Brokolt gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 130 g (SEL.) Brokolt gotowany* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokolt gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron 120 g (GLU PSZ) Brokolt gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron 140 g (GLU PSZ) Brokolt gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron 140 g (GLU PSZ) Brokolt gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Łopatką wieprzową pieczoną 80 g Sos pomidorowy 80 ml Makaron 180 g (GLU PSZ) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 130 g (SEL.) Jabłko 150 g Drożdżówka różne 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	
	PD			Maślanka 150 ml (MLE) Jabłko 150 g		Jabłko 150 g			
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) Pasztet z ciecierzycy konserwowej 100 g (JAJ.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasztet z ciecierzycy konserwowej 100 g (JAJ.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 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) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Sałata zielona 10 g		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Sałata zielona 10 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Sałata zielona 10 g
	Wartość energetyczna: 2470.80 kcal; Białko ogółem: 86.10 g; Tłuszcz: 77.96 g; Kw. tł. nasy.: 24.42 g; Węglowodany ogółem: 368.32 g; W tym cukry: 63.55 g; Błonnik pok.: 32.06 g; Sól: 10.01 g;	Wartość energetyczna: 2214.50 kcal; Białko ogółem: 86.38 g; Tłuszcz: 55.90 g; Kw. tł. nasy.: 22.72 g; Węglowodany ogółem: 352.43 g; W tym cukry: 61.93 g; Błonnik pok.: 25.02 g; Sól: 9.43 g;	Wartość energetyczna: 2320.83 kcal; Białko ogółem: 93.01 g; Tłuszcz: 56.80 g; Kw. tł. nasy.: 22.66 g; Węglowodany ogółem: 370.12 g; W tym cukry: 76.91 g; Błonnik pok.: 23.04 g; Sól: 7.79 g;	Wartość energetyczna: 2341.37 kcal; Białko ogółem: 96.82 g; Tłuszcz: 79.51 g; Kw. tł. nasy.: 23.25 g; Węglowodany ogółem: 326.66 g; W tym cukry: 51.31 g; Błonnik pok.: 50.62 g; Sól: 9.26 g;	Wartość energetyczna: 2292.99 kcal; Białko ogółem: 89.00 g; Tłuszcz: 56.52 g; Kw. tł. nasy.: 22.71 g; Węglowodany ogółem: 368.41 g; W tym cukry: 75.25 g; Błonnik pok.: 25.48 g; Sól: 8.76 g;	Wartość energetyczna: 1619.10 kcal; Białko ogółem: 75.26 g; Tłuszcz: 44.31 g; Kw. tł. nasy.: 17.42 g; Węglowodany ogółem: 238.14 g; W tym cukry: 67.83 g; Błonnik pok.: 17.65 g; Sól: 5.53 g;	Wartość energetyczna: 1713.79 kcal; Białko ogółem: 76.46 g; Tłuszcz: 51.70 g; Kw. tł. nasy.: 22.16 g; Węglowodany ogółem: 244.42 g; W tym cukry: 70.77 g; Błonnik pok.: 18.72 g; Sól: 6.17 g;	Wartość energetyczna: 1974.74 kcal; Białko ogółem: 87.15 g; Tłuszcz: 57.04 g; Kw. tł. nasy.: 23.76 g; Węglowodany ogółem: 289.02 g; W tym cukry: 78.34 g; Błonnik pok.: 23.73 g; Sól: 7.12 g;	Wartość energetyczna: 1346.88 kcal; Białko ogółem: 50.66 g; Tłuszcz: 32.62 g; Kw. tł. nasy.: 8.46 g; Węglowodany ogółem: 220.92 g; W tym cukry: 39.28 g; Błonnik pok.: 13.83 g; Sól: 2.68 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 PIM MSWiA WARSZAWA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne
Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 300 ml (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) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Pomarańcza 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wierzchniny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEŻ.) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml				Pomarańcza 150 g	
Obiad	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL) Ryba smażona (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ziemniaki gotowane 180 g b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB.) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Warzywa po grecku* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB.) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Warzywa po grecku* 130 g Ziemniaki gotowane 180 g Surówka żydowska z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB.) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka żydowska z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB.) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Warzywa po grecku* 130 g Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem * 200 ml (MLE, SEL) Ryba pieczona (Miruna) 60 g (RYB.) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 100 g Warzywa po grecku* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL) Ryba pieczona (Miruna) 60 g (RYB.) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 120 g Warzywa po grecku* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL) Ryba smażona (Miruna) 80 g (RYB.) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 140 g Warzywa po grecku* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL) Ryba smażona (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ziemniaki gotowane 180 g b/c 130 g Chąłka 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Pomarańcza 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
PD				Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Keir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)				Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	
Kolejca	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) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szynekowa Extra-wędzonka, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynekowa Extra- wędzonka wierzchnia, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (JAJ, MLE) Ogórek kiszony 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (JAJ, MLE) Ogórek kiszony 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE) Ogórek kiszony 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) Płat szynkowy - produkt wierzchni wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wierzchni wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wierzchni wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wierzchni wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wierzchni wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wierzchni wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g		
	Wartość energetyczna: 2279.68 kcal; Białko ogółem: 93.79 g; Tłuszcz: 67.51 g; Kw. tł. nasy.: 23.32 g; Węglowodany ogółem: 336.48 g; W tym cukry: 64.47 g; Błonnik pok.: 29.37 g; Sól: 10.06 g;	Wartość energetyczna: 2197.52 kcal; Białko ogółem: 92.61 g; Tłuszcz: 52.26 g; Kw. tł. nasy.: 22.03 g; Węglowodany ogółem: 350.29 g; W tym cukry: 74.75 g; Błonnik pok.: 24.12 g; Sól: 7.16 g;	Wartość energetyczna: 2112.49 kcal; Białko ogółem: 96.12 g; Tłuszcz: 46.83 g; Kw. tł. nasy.: 19.81 g; Węglowodany ogółem: 335.67 g; W tym cukry: 63.70 g; Błonnik pok.: 19.79 g; Sól: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 2001.30 kcal; Białko ogółem: 96.93 g; Tłuszcz: 58.12 g; Kw. tł. nasy.: 21.10 g; Węglowodany ogółem: 291.86 g; W tym cukry: 25.34 g; Błonnik pok.: 43.36 g; Sól: 10.39 g;	Wartość energetyczna: 2082.49 kcal; Białko ogółem: 91.92 g; Tłuszcz: 46.53 g; Kw. tł. nasy.: 19.86 g; Węglowodany ogółem: 333.57 g; W tym cukry: 61.90 g; Błonnik pok.: 22.04 g; Sól: 8.62 g;	Wartość energetyczna: 1431.39 kcal; Białko ogółem: 62.25 g; Tłuszcz: 35.23 g; Kw. tł. nasy.: 14.71 g; Węglowodany ogółem: 223.05 g; W tym cukry: 93.75 g; Błonnik pok.: 14.33 g; Sól: 4.11 g;	Wartość energetyczna: 1507.00 kcal; Białko ogółem: 60.25 g; Tłuszcz: 42.20 g; Kw. tł. nasy.: 19.26 g; Węglowodany ogółem: 228.84 g; W tym cukry: 95.76 g; Błonnik pok.: 15.26 g; Sól: 4.23 g;	Wartość energetyczna: 1839.60 kcal; Białko ogółem: 81.52 g; Tłuszcz: 50.51 g; Kw. tł. nasy.: 21.58 g; Węglowodany ogółem: 273.48 g; W tym cukry: 103.34 g; Błonnik pok.: 18.74 g; Sól: 6.03 g;	Wartość energetyczna: 964.90 kcal; Białko ogółem: 38.59 g; Tłuszcz: 27.88 g; Kw. tł. nasy.: 2.00 g; Węglowodany ogółem: 145.57 g; W tym cukry: 28.32 g; Błonnik pok.: 12.75 g; Sól: 2.83 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 PIM MSWiA WARSZAWA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne	
2025-01-04 sobota	Shiadańskie	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u>) Jabłko pieczone 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u>) Jabłko pieczone 150 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Mielona Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u>) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u>) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Platki pszenne na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u>) Papryka świeża 40 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Platki pszenne na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u>) Papryka świeża 40 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u>) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml		
		II / SN			Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Banan 150 g		
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza gryczana 180 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL,</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECCZ,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL,</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza gryczana 180 g Surówka z seleru i marchwi z olejem b/c 130 g (<u>SEL,</u>) Cukinia pieczona z olejem * 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL,</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza gryczana 120 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza gryczana 140 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Mieso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECCZ,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 130 g Banan 150 g Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	
	PD			Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>) Wafle ryżowe 30 g			Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>)			
	Kolejacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wierzprowa wędzona 50 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wierzprowa wędzona 50 g (<u>SOJ,</u>) Mus z jabłek prażonych 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Mielona Szynka Ojca Grzegorza wierzprowa wędzona 50 g (<u>SOJ,</u>) Mus z jabłek prażonych 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wierzprowa wędzona 50 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wierzprowa wędzona 30 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wierzprowa wędzona 40 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wierzprowa wędzona 40 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wierzprowa wędzona 50 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
	PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)	Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Schab Maryny- wędzonka wierzprowa wędzona parzona z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt			
		Wartość energetyczna: 2234.02 kcal; Białko ogółem: 86.38 g; Tłuszcz: 58.55 g; Kw. tł. nasy.: 20.21 g; Węglowodany ogółem: 356.58 g; W tym cukry: 71.70 g; Błonnik pok.: 31.69 g; Sól: 9.05 g;	Wartość energetyczna: 2323.44 kcal; Białko ogółem: 82.94 g; Tłuszcz: 54.57 g; Kw. tł. nasy.: 19.75 g; Węglowodany ogółem: 392.36 g; W tym cukry: 99.66 g; Błonnik pok.: 29.31 g; Sól: 8.35 g;	Wartość energetyczna: 2242.29 kcal; Białko ogółem: 87.83 g; Tłuszcz: 46.16 g; Kw. tł. nasy.: 18.80 g; Węglowodany ogółem: 385.07 g; W tym cukry: 105.22 g; Błonnik pok.: 25.30 g; Sól: 7.09 g;	Wartość energetyczna: 2149.92 kcal; Białko ogółem: 98.71 g; Tłuszcz: 63.10 g; Kw. tł. nasy.: 22.73 g; Węglowodany ogółem: 319.00 g; W tym cukry: 40.62 g; Błonnik pok.: 44.31 g; Sól: 10.09 g;	Wartość energetyczna: 2281.69 kcal; Białko ogółem: 61.17 g; Tłuszcz: 48.14 g; Kw. tł. nasy.: 19.13 g; Węglowodany ogółem: 392.77 g; W tym cukry: 103.75 g; Błonnik pok.: 27.75 g; Sól: 7.72 g;	Wartość energetyczna: 1625.15 kcal; Białko ogółem: 61.46 g; Tłuszcz: 42.66 g; Kw. tł. nasy.: 14.13 g; Węglowodany ogółem: 266.93 g; W tym cukry: 113.44 g; Błonnik pok.: 16.42 g; Sól: 3.88 g;	Wartość energetyczna: 1737.84 kcal; Białko ogółem: 63.43 g; Tłuszcz: 50.76 g; Kw. tł. nasy.: 18.82 g; Węglowodany ogółem: 266.93 g; W tym cukry: 115.51 g; Błonnik pok.: 17.89 g; Sól: 4.71 g;	Wartość energetyczna: 2020.66 kcal; Białko ogółem: 76.30 g; Tłuszcz: 56.31 g; Kw. tł. nasy.: 20.34 g; Węglowodany ogółem: 314.68 g; W tym cukry: 125.52 g; Błonnik pok.: 22.00 g; Sól: 5.95 g;	Wartość energetyczna: 1016.02 kcal; Białko ogółem: 37.78 g; Tłuszcz: 21.42 g; Kw. tł. nasy.: 3.08 g; Węglowodany ogółem: 174.67 g; W tym cukry: 49.81 g; Błonnik pok.: 13.87 g; Sól: 2.24 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 PIM MSWiA WARSZAWA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbójnicka wiewprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbójnicka wiewprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) mielona Łopatką zbójnicka wiewprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbójnicka wiewprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbójnicka wiewprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbójnicka wiewprzowa wędzona 20 g (<u>SOJ</u>) Ogórek kiszony 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbójnicka wiewprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ</u>) Ogórek kiszony 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml Salata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbójnicka wiewprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
	II/ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Pomarańcza 150 g		
Obiad	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka z szynki wiewprzowej 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pulpet wiewprzowy 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pulpet wiewprzowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bitka z szynki wiewprzowej 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 130 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bitka z szynki wiewprzowej 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka z szynki wiewprzowej 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki gotowane 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka z szynki wiewprzowej 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki gotowane 120 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka z szynki wiewprzowej 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki gotowane 140 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka z szynki wiewprzowej 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 130 g Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u>) Jabłko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD			Jabłko 150 g Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)			Jabłko 150 g		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Słupki z marchewki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
	PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej, 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Salata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u>)	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u>) Dżem 25 g 1 szt			
	Wartość energetyczna: 2435.74 kcal; Białko ogółem: 102.40 g; Tłuszcz: 61.54 g; Kw. tł. nasy.: 24.49 g; Węglowodany ogółem: 380.64 g; W tym cukry: 97.48 g; Błonnik pok.: 29.56 g; Sól: 9.11 g;	Wartość energetyczna: 2553.50 kcal; Białko ogółem: 106.62 g; Tłuszcz: 57.26 g; Kw. tł. nasy.: 24.26 g; Węglowodany ogółem: 408.51 g; W tym cukry: 120.30 g; Błonnik pok.: 18.89 g; Sól: 7.09 g;	Wartość energetyczna: 2593.56 kcal; Białko ogółem: 101.89 g; Tłuszcz: 61.07 g; Kw. tł. nasy.: 24.87 g; Węglowodany ogółem: 418.71 g; W tym cukry: 127.16 g; Błonnik pok.: 22.27 g; Sól: 6.35 g;	Wartość energetyczna: 2151.14 kcal; Białko ogółem: 109.18 g; Tłuszcz: 63.07 g; Kw. tł. nasy.: 24.62 g; Węglowodany ogółem: 307.67 g; W tym cukry: 50.35 g; Błonnik pok.: 44.89 g; Sól: 9.38 g;	Wartość energetyczna: 2603.66 kcal; Białko ogółem: 104.67 g; Tłuszcz: 63.05 g; Kw. tł. nasy.: 24.47 g; Węglowodany ogółem: 414.34 g; W tym cukry: 125.87 g; Błonnik pok.: 23.76 g; Sól: 7.27 g;	Wartość energetyczna: 1700.73 kcal; Białko ogółem: 70.68 g; Tłuszcz: 40.65 g; Kw. tł. nasy.: 15.80 g; Węglowodany ogółem: 268.84 g; W tym cukry: 113.61 g; Błonnik pok.: 16.70 g; Sól: 3.99 g;	Wartość energetyczna: 1731.66 kcal; Białko ogółem: 65.73 g; Tłuszcz: 45.34 g; Kw. tł. nasy.: 18.90 g; Węglowodany ogółem: 271.43 g; W tym cukry: 113.61 g; Błonnik pok.: 17.40 g; Sól: 4.23 g;	Wartość energetyczna: 2029.42 kcal; Białko ogółem: 83.97 g; Tłuszcz: 52.08 g; Kw. tł. nasy.: 21.14 g; Węglowodany ogółem: 312.63 g; W tym cukry: 118.59 g; Błonnik pok.: 18.91 g; Sól: 5.91 g;	Wartość energetyczna: 1028.37 kcal; Białko ogółem: 44.33 g; Tłuszcz: 27.78 g; Kw. tł. nasy.: 4.99 g; Węglowodany ogółem: 156.77 g; W tym cukry: 38.77 g; Błonnik pok.: 15.26 g; Sól: 2.20 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,
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,
SO2 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JEĆZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółem wg 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,