

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2024-02-19

Oddział: W-WA M- PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa

- Śniadanie: Płatki pszenne na mleku 300 ml (**GLU PSZ, MLE,**), Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (**GLU PSZ, GLU ŻYT,**), Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (**GLU PSZ, GLU ŻYT,**), Masło extra 82% 10 g (**MLE,**), Jajko gotowane kl M 2 szt (**JAJ,**), Ogórek kiszony 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- Obiad: Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (**GLU PSZ, SEL,**), Makaron 180 g (**GLU PSZ,**), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (**MLE,**), Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml,
- Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (**GLU PSZ, GLU ŻYT,**), Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (**GLU PSZ, GLU ŻYT,**), Masło extra 82% 10 g (**MLE,**), Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (**GLU PSZ, GLU ŻYT,**), Masło extra 82% 5 g (**MLE,**), Ser żółty 30 g (**MLE,**), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2431.98 kcal; Białko ogółem: 98.84 g; Tłuszcz: 65.09 g; Kw. tł. nasy.: 30.81 g; Węglowodany ogółem: 383 g; W tym cukry: 91.87 g; Błonnik pok.: 32.46 g; Sól: 10.07 g; WW: 35.01 Por; : 16.26 %; : 57.66 %; Ener. z T: 24.09 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 2790.63 mg;

W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna

- Śniadanie: Płatki pszenne na mleku 300 ml (**GLU PSZ, MLE,**), Bułka pszenna długa krojona 100 g (**GLU PSZ,**), Masło extra 82% 10 g (**MLE,**), Jajko gotowane kl M 2 szt (**JAJ,**), Dżem 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- Obiad: Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (**GLU PSZ, SEL,**), Makaron 180 g (**GLU PSZ,**), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (**MLE,**), Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml,
- Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (**GLU PSZ, GLU ŻYT,**), Bułka pszenna długa krojona 50 g (**GLU PSZ,**), Masło extra 82% 10 g (**MLE,**), Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (**GLU PSZ, GLU ŻYT,**), Masło extra 82% 5 g (**MLE,**), Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (**SOJ,**), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2390.12 kcal; Białko ogółem: 89.69 g; Tłuszcz: 55 g; Kw. tł. nasy.: 25.9 g; Węglowodany ogółem: 397.22 g; W tym cukry: 122.28 g; Błonnik pok.: 20.67 g; Sól: 8.2 g; WW: 37.64 Por; : 15.01 %; : 63.02 %; Ener. z T: 20.71 %; Ener. z Bł.: 1.73 %; K: 2386.93 mg;

W-wa- PIM MSWiA III Kleikowa

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1031.85 kcal; Białko ogółem: 25.71 g; Tłuszcz: 8.04 g; Kw. tł. nasy.: .3 g; Węglowodany ogółem: 215.07 g; W tym cukry: .39 g; Błonnik pok.: 4.68 g; Sól: .44 g; WW: 21.15 Por; : 9.97 %; : 81.56 %; Ener. z T: 7.01 %; Ener. z Bł.: .91 %; K: 274.05 mg;

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

- Śniadanie: Płatki pszenne na mleku 300 ml (**GLU PSZ, MLE,**), Bułka pszenna długa krojona 100 g (**GLU PSZ,**), Masło extra 82% 10 g (**MLE,**), mielona Szynekowa Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (**SOJ,**), Dżem 80 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- Obiad: Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (**GLU PSZ, SEL,**), Makaron 180 g (**GLU PSZ,**), Klopsik drobiowy z udźca 80 g (**GLU PSZ, JAJ,**), Sos jarzynowy * 80 ml (**GLU PSZ, SEL,**), Brokuł gotowany* 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml,
- Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 150 g (**GLU PSZ,**), Masło extra 82% 10 g (**MLE,**), mielona Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Pomidor b/skórki 80 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- PN: Bułka pszenna długa krojona 50 g (**GLU PSZ,**), Masło extra 82% 5 g (**MLE,**), mielona Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (**SOJ,**), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2304.42 kcal; Białko ogółem: 88.08 g; Tłuszcz: 53.71 g; Kw. tł. nasy.: 22.14 g; Węglowodany ogółem: 376.6 g; W tym cukry: 78.81 g; Błonnik pok.: 20.48 g; Sól: 8.53 g; WW: 35.59 Por; : 15.29 %; : 61.82 %; Ener. z T: 20.98 %; Ener. z Bł.: 1.78 %; K: 2812.74 mg;

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

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2024-02-19

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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

- Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (**MLE**), Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**), Masło extra 82% 10 g (**MLE**), Jajko gotowane kl M 2 szt (**JAJ**), Ogórek kiszony 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml,
- II ŚN: Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**), Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (**SOJ**), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml,
- Obiad: Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (**GLU PSZ, SEL**), Klopsik drobiowy z udźca 80 g (**GLU PSZ, JAJ**), Sos jarzynowy * 80 ml (**GLU PSZ, SEL**), Makaron pełnoziarnisty 180 g (**GLU PSZ**), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g, Brokuł gotowany* 60 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml,
- PD: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (**MLE**), Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (**GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ**),
- Kolacja: Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**), Masło extra 82% 10 g (**MLE**), Szyunkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml,
- PN: Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**), Masło extra 82% 5 g (**MLE**), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (**SOJ**), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2341.77 kcal; Białko ogółem: 105.23 g; Tłuszcz: 74.67 g; Kw. tł. nasy.: 25.04 g; Węglowodany ogółem: 330.72 g; W tym cukry: 28.36 g; Błonnik pok.: 51.51 g; Sól: 10.65 g; WW: 27.87 Por; : 17.97 %; : 47.69 %; Ener. z T: 28.7 %; Ener. z Bł.: 4.4 %; K: 4155.27 mg;

W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa

- Śniadanie: Płatki pszenne na mleku 300 ml (**GLU PSZ, MLE**), Bułka pszenna długa krojona 100 g (**GLU PSZ**), Masło extra 82% 10 g (**MLE**), Szyunka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (**SOJ**), Dżem 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- Obiad: Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (**GLU PSZ, SEL**), Makaron 180 g (**GLU PSZ**), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (**MLE**), Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml,
- Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**), Bułka pszenna długa krojona 50 g (**GLU PSZ**), Masło extra 82% 10 g (**MLE**), Szyunkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Pomidor b/skórki 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- PN: Bułka pszenna długa krojona 50 g (**GLU PSZ**), Masło extra 82% 5 g (**MLE**), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (**SOJ**), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2295.15 kcal; Białko ogółem: 82.87 g; Tłuszcz: 46.3 g; Kw. tł. nasy.: 22.89 g; Węglowodany ogółem: 399.84 g; W tym cukry: 122.78 g; Błonnik pok.: 19.89 g; Sól: 8.53 g; WW: 38.04 Por; : 14.44 %; : 66.22 %; Ener. z T: 18.16 %; Ener. z Bł.: 1.73 %; K: 2300.26 mg;

W-wa- PIM MSWiA S1 Niskobiałkowa/Ziemniaczana

- Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 50 g (**GLU PSZ**), Masło extra 82% 10 g (**MLE**), Szyunka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (**SOJ**), Dżem 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- Obiad: Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (**GLU PSZ, SEL**), Pierogi ukraińskie * 300 g (**GLU PSZ, MLE**), Sos jarzynowy * 80 ml (**GLU PSZ, SEL**), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml,
- Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 50 g (**GLU PSZ**), Masło extra 82% 10 g (**MLE**), Sałatka ziemniaczana - dieta 150 g (**MLE**), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- PN: Bułka pszenna długa krojona 30 g (**GLU PSZ**), Masło extra 82% 5 g (**MLE**), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (**SOJ**), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1850.66 kcal; Białko ogółem: 49.84 g; Tłuszcz: 59.14 g; Kw. tł. nasy.: 27.72 g; Węglowodany ogółem: 289.34 g; W tym cukry: 67.06 g; Błonnik pok.: 19.85 g; Sól: 3.91 g; WW: 26.84 Por; : 10.77 %; : 58.25 %; Ener. z T: 28.76 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 2833.93 mg;

W-wa- PIM MSWiA S3 Niskofosforanowa

- Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 100 g (**GLU PSZ**), Masło extra 82% 10 g (**MLE**), Jajko gotowane kl M 2 szt (**JAJ**), Dżem 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- Obiad: Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (**GLU PSZ, SEL**), Pierogi ukraińskie * 300 g (**GLU PSZ, MLE**), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2024-02-19

Oddział: W-WA M PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA S3 Niskofosforanowa

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

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2276.97 kcal; Białko ogółem: 90.19 g; Tłuszcz: 68.12 g; Kw. tł. nasy.: 30.4 g; Węglowodany ogółem: 335.08 g; W tym cukry: 67.19 g; Błonnik pok.: 19.56 g; Sól: 4.05 g; WW: 31.38 Por; : 15.84 %; : 55.43 %; Ener. z T: 26.93 %; Ener. z Bł.: 1.72 %; K: 2829.52 mg;

W-wa- PIM MSWiA S4 Alergiczna

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

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

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

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1848.52 kcal; Białko ogółem: 79.64 g; Tłuszcz: 43.88 g; Kw. tł. nasy.: 8.72 g; Węglowodany ogółem: 287.64 g; W tym cukry: 63.16 g; Błonnik pok.: 15.79 g; Sól: 2.33 g; WW: 27.25 Por; : 17.23 %; : 58.82 %; Ener. z T: 21.36 %; Ener. z Bł.: 1.71 %; K: 3566.76 mg;

W-wa- PIM MSWiA S5 Płynna/Sonda

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

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

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

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

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

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2301.13 kcal; Białko ogółem: 98.29 g; Tłuszcz: 97.69 g; Kw. tł. nasy.: 51.7 g; Węglowodany ogółem: 265.35 g; W tym cukry: 104.95 g; Błonnik pok.: 16.1 g; Sól: 2.35 g; WW: 24.89 Por; : 17.09 %; : 43.33 %; Ener. z T: 38.21 %; Ener. z Bł.: 1.4 %; K: 4353.08 mg;

W-wa- PIM MSWiA S5V Płynna b/ml/Sonda b/ml

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

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

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

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

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

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2296.77 kcal; Białko ogółem: 107.49 g; Tłuszcz: 89.43 g; Kw. tł. nasy.: 13.71 g; Węglowodany ogółem: 277.99 g; W tym cukry: 79.1 g; Błonnik pok.: 24.04 g; Sól: 2.14 g; WW: 25.21 Por; : 18.72 %; : 44.23 %; Ener. z T: 35.04 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 4703.26 mg;

W-wa- PIM MSWiA S7 Niskosodowa

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

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

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2024-02-19

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA S7 Niskosodowa

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

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2155.15 kcal; Białko ogółem: 104.62 g; Tłuszcz: 45.93 g; Kw. tł. nasy.: 22.84 g; Węglowodany ogółem: 338.32 g; W tym cukry: 121.75 g; Błonnik pok.: 13.02 g; Sól: 1.34 g; WW: 32.55 Por; : 19.42 %; : 60.38 %; Ener. z T: 19.18 %; Ener. z Bł.: 1.21 %; K: 2787.68 mg;

W-wa- PIM MSWiA S8 Niskobiałkowa

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 100 g (**GLU PSZ.**), Masło extra 82% 10 g (**MLE.**), Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (**SOJ.**), Dżem 40 g, Dżem 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

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

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

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2063.49 kcal; Białko ogółem: 58.39 g; Tłuszcz: 37.44 g; Kw. tł. nasy.: 18.19 g; Węglowodany ogółem: 385.59 g; W tym cukry: 119.28 g; Błonnik pok.: 18.01 g; Sól: 6.93 g; WW: 36.78 Por; : 11.32 %; : 71.25 %; Ener. z T: 16.33 %; Ener. z Bł.: 1.75 %; K: 1771.63 mg;

W-wa- PIM MSWiA Aspirynowa

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

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

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

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1682.58 kcal; Białko ogółem: 87.61 g; Tłuszcz: 42.09 g; Kw. tł. nasy.: 19.11 g; Węglowodany ogółem: 250.4 g; W tym cukry: 31.79 g; Błonnik pok.: 24.63 g; Sól: 5.99 g; WW: 22.62 Por; : 20.83 %; : 53.67 %; Ener. z T: 22.51 %; Ener. z Bł.: 2.93 %; K: 3471.08 mg;

W-wa- PIM MSWiA Niskopurynowa

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

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

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

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2412.42 kcal; Białko ogółem: 95.5 g; Tłuszcz: 68.29 g; Kw. tł. nasy.: 35.28 g; Węglowodany ogółem: 368.45 g; W tym cukry: 92.68 g; Błonnik pok.: 20.43 g; Sól: 9 g; WW: 34.77 Por; : 15.83 %; : 57.7 %; Ener. z T: 25.48 %; Ener. z Bł.: 1.69 %; K: 2415.73 mg;

W-wa- PIM MSWiA Położniczo-ciężowa

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2024-02-19

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Położniczo-ciężowa

Śniadanie: Płatki pszenne na mleku 300 ml (**GLU PSZ, MLE**), Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**), Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**), Masło extra 82% 10 g (**MLE**), Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (**może zawierać: MLE, GOR**), Dżem 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

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

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

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

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

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2615.91 kcal; Białko ogółem: 96.1 g; Tłuszcz: 52.89 g; Kw. tł. nasy.: 23.47 g; Węglowodany ogółem: 454.67 g; W tym cukry: 133.87 g; Błonnik pok.: 31.3 g; Sól: 10.87 g; WW: 42.42 Por; : 14.7 %; : 64.74 %; Ener. z T: 18.2 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 2743.37 mg;

W-wa- PIM MSWiA Wegetariańska

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

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

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

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**), Masło extra 82% 5 g (**MLE**), Twarożek 30 g (**MLE**), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2490.26 kcal; Białko ogółem: 101.1 g; Tłuszcz: 70.81 g; Kw. tł. nasy.: 35.02 g; Węglowodany ogółem: 383.11 g; W tym cukry: 92.89 g; Błonnik pok.: 32.46 g; Sól: 8.87 g; WW: 35.05 Por; : 16.24 %; : 56.32 %; Ener. z T: 25.59 %; Ener. z Bł.: 2.61 %; K: 2825.58 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa

Śniadanie: Kasza jaglana na mleku 300 ml (**MLE**), Chleb bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 10 g (**MLE**), Jajko gotowane kl M 2 szt (**JAJ**), Dżem 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

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

Kolacja: Chleb bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 10 g (**MLE**), Ser żółty 50 g (**MLE**), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2194.03 kcal; Białko ogółem: 82.19 g; Tłuszcz: 77.5 g; Kw. tł. nasy.: 32.37 g; Węglowodany ogółem: 296.58 g; W tym cukry: 74.94 g; Błonnik pok.: 15.37 g; Sól: 3.8 g; WW: 28.05 Por; : 14.99 %; : 51.27 %; Ener. z T: 31.79 %; Ener. z Bł.: 1.4 %; K: 3828.74 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa bezmleczna

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

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

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w w dniu: 2024-02-19

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa bezmleczna

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

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1902.61 kcal; Białko ogółem: 77.85 g; Tłuszcz: 50.89 g; Kw. tł. nasy.: 9.79 g; Węglowodany ogółem: 287.03 g; W tym cukry: 62.3 g; Błonnik pok.: 15.61 g; Sól: 2.52 g; WW: 27.09 Por; : 16.37 %; : 57.06 %; Ener. z T: 24.07 %; Ener. z Bł.: 1.64 %; K: 3857.24 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezmleczna

Śniadanie: Kasza jaglana na wodzie 300 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (**GLU PSZ.**), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g , Jajko gotowane kl M 2 szt (**JAJ.**), Dżem 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

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

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

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2273.95 kcal; Białko ogółem: 85.62 g; Tłuszcz: 56.87 g; Kw. tł. nasy.: 14.29 g; Węglowodany ogółem: 364.57 g; W tym cukry: 63.97 g; Błonnik pok.: 22.16 g; Sól: 8.28 g; WW: 34.13 Por; : 15.06 %; : 60.23 %; Ener. z T: 22.51 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 2484.22 mg;

W-wa- PIM MSWiA Rozdrobniona/Mielona

Śniadanie: Kasza jaglana na mleku 300 ml (**MLE.**), Bułka pszenna długa krojona 100 g (**GLU PSZ.**), Masło extra 82% 10 g (**MLE.**), mielona Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (**SOJ.**), Dżem 80 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 400 ml ,

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

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

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2247.83 kcal; Białko ogółem: 83.91 g; Tłuszcz: 53.56 g; Kw. tł. nasy.: 21.97 g; Węglowodany ogółem: 367.43 g; W tym cukry: 93.12 g; Błonnik pok.: 21.48 g; Sól: 8.46 g; WW: 34.58 Por; : 14.93 %; : 61.56 %; Ener. z T: 21.45 %; Ener. z Bł.: 1.91 %; K: 3629.37 mg;

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

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

II ŚN: Bułka pszenna długa krojona 50 g (**GLU PSZ.**), Baton szynkowy z kurcząt 30 g (**może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.**), Papryka świeża 50 g ,

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

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

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

PN: Bułka pszenna długa krojona 30 g (**GLU PSZ.**), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g , Ser żółty 30 g (**MLE.**), Sałata zielona 10 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2024-02-19

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1806.06 kcal; Białko ogółem: 77.19 g; Tłuszcz: 45.61 g; Kw. tł. nasy.: 21.08 g; Węglowodany ogółem: 282.17 g; W tym cukry: 126.5 g; Błonnik pok.: 11.97 g; Sól: 6.33 g; WW: 27.05 Por; : 17.09 %; : 59.84 %; Ener. z T: 22.73 %; Ener. z Bł.: 1.33 %; K: 1850.86 mg;

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

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

II ŚN: Bułka pszenna długa krojona 50 g (**GLU PSZ,**), Baton szynkowy z kurcząt 30 g (**może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,**), Papryka świeża 50 g,

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

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

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

PN: Bułka pszenna długa krojona 30 g (**GLU PSZ,**), Masło extra 82% 5 g (**MLE,**), Ser żółty 30 g (**MLE,**), Sałata zielona 10 g

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1897.11 kcal; Białko ogółem: 76.73 g; Tłuszcz: 52.88 g; Kw. tł. nasy.: 27.25 g; Węglowodany ogółem: 289.9 g; W tym cukry: 119.72 g; Błonnik pok.: 14.44 g; Sól: 6.58 g; WW: 27.56 Por; : 16.18 %; : 58.08 %; Ener. z T: 25.09 %; Ener. z Bł.: 1.52 %; K: 2148.14 mg;

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

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

II ŚN: Bułka pszenna długa krojona 50 g (**GLU PSZ,**), Baton szynkowy z kurcząt 30 g (**może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,**), Papryka świeża 50 g,

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

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

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

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (**GLU PSZ, GLU ŻYT,**), Masło extra 82% 5 g (**MLE,**), Ser żółty 30 g (**MLE,**), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2177.49 kcal; Białko ogółem: 89.54 g; Tłuszcz: 60.62 g; Kw. tł. nasy.: 30.02 g; Węglowodany ogółem: 331.2 g; W tym cukry: 125.02 g; Błonnik pok.: 18.05 g; Sól: 8.6 g; WW: 31.29 Por; : 16.45 %; : 57.52 %; Ener. z T: 25.05 %; Ener. z Bł.: 1.66 %; K: 2488.93 mg;

W-wa- PIM MSWiA Transplantologia

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

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

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

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

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2024-02-19

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Transplantologia

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

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2481.5 kcal; Białko ogółem: 86.67 g; Tłuszcz: 55.77 g; Kw. tł. nasy.: 23.9 g; Węglowodany ogółem: 419.74 g; W tym cukry: 73.8 g; Błonnik pok.: 29.79 g; Sól: 10.9 g; WW: 38.99 Por; : 13.97 %; : 62.86 %; Ener. z T: 20.23 %; Ener. z Bł.: 2.4 %; K: 2373.55 mg;

W-wa- PIM MSWiA Specjalna

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 50 g (**GLUPSZ,**), Jajko gotowane kl M 1 szt (**JAJ,**), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

II ŚN: Bułka pszenna długa krojona 50 g (**GLUPSZ,**), Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (**SOJ,**),

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

PD: Mus z jabłek () z/c 150 g,

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 50 g (**GLUPSZ,**), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g, Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

PN: Bułka pszenna długa krojona 50 g (**GLUPSZ,**), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (**SOJ,**), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1509.32 kcal; Białko ogółem: 77.7 g; Tłuszcz: 18.19 g; Kw. tł. nasy.: 5.71 g; Węglowodany ogółem: 269.28 g; W tym cukry: 44.98 g; Błonnik pok.: 22.91 g; Sól: 6.82 g; WW: 24.6 Por; : 20.59 %; : 65.29 %; Ener. z T: 10.85 %; Ener. z Bł.: 3.04 %; K: 3632.54 mg;

W-wa- PIM MSWiA Cukrzyca oszczędzająca

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

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

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

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

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

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2385.75 kcal; Białko ogółem: 88.13 g; Tłuszcz: 55.9 g; Kw. tł. nasy.: 23.96 g; Węglowodany ogółem: 394.86 g; W tym cukry: 47.2 g; Błonnik pok.: 31.1 g; Sól: 10.91 g; WW: 36.4 Por; : 14.78 %; : 60.99 %; Ener. z T: 21.09 %; Ener. z Bł.: 2.61 %; K: 2648.87 mg;