

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2024-02-26

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa

Śniadanie: Płatki owsiane na mleku 300 ml (**MLE, GLU OW.**), Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (**GLUPSZ, GLU ŻYT.**), Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (**GLUPSZ, GLU ŻYT.**), Masło extra 82% 10 g (**MLE.**), Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (**SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.**), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Grochowa z ziemniakami * 400 ml (**GLUPSZ, SEL.**), Ryż na sypko 180 g, Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (**MLE.**), Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (**GLUPSZ, GLU ŻYT.**), Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (**GLUPSZ, GLU ŻYT.**), Masło extra 82% 10 g (**MLE.**), Jajko gotowane kl M 2 szt (**JAJ.**), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (**GLUPSZ, GLU ŻYT.**), Masło extra 82% 5 g (**MLE.**), Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (**GLUPSZ, SOJ.**), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2373.64 kcal; Białko ogółem: 91.31 g; Tłuszcz: 58.21 g; Kw. tł. nasy.: 25.24 g; Węglowodany ogółem: 391.78 g; W tym cukry: 102.61 g; Błonnik pok.: 32.06 g; Sól: 7.74 g; WW: 36.03 Por.; : 15.39 %; : 60.62 %; Ener. z T: 22.07 %; Ener. z Bł.: 2.7 %; K: 2832.08 mg;

W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna

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

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

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (**GLUPSZ, GLU ŻYT.**), Bułka pszenna długa krojona 50 g (**GLUPSZ.**), Masło extra 82% 10 g (**MLE.**), Jajko gotowane kl M 2 szt (**JAJ.**), Cukinia pieczona z olejem * 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (**GLUPSZ, GLU ŻYT.**), Masło extra 82% 5 g (**MLE.**), Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (**GLUPSZ, SOJ.**), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2416.35 kcal; Białko ogółem: 84.57 g; Tłuszcz: 56.66 g; Kw. tł. nasy.: 25.05 g; Węglowodany ogółem: 406.92 g; W tym cukry: 131.38 g; Błonnik pok.: 21.16 g; Sól: 7.97 g; WW: 38.59 Por.; : 14 %; : 63.86 %; Ener. z T: 21.1 %; Ener. z Bł.: 1.75 %; K: 2437.86 mg;

W-wa- PIM MSWiA III Kleikowa

Śniadanie: Kleik ryżowy na wodzie 400 g, Suchary b/c 30 g (**GLUPSZ, SOJ, MLE.**), Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml,

Obiad: Kleik ryżowy na wodzie 400 g, Suchary b/c 30 g (**GLUPSZ, SOJ, MLE.**), Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml,

Kolacja: Kleik ryżowy na wodzie 400 g, Suchary b/c 30 g (**GLUPSZ, 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 owsiane na mleku 300 ml (**MLE, GLU OW.**), Bułka pszenna długa krojona 100 g (**GLUPSZ.**), Masło extra 82% 10 g (**MLE.**), mielony Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (**SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.**), Dżem 80 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

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

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 150 g (**GLUPSZ.**), Masło extra 82% 10 g (**MLE.**), mielona Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (**SOJ.**), Mus z jabłek prażonych z cynamonem 80 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

PN: Bułka pszenna długa krojona 50 g (**GLUPSZ.**), Masło extra 82% 5 g (**MLE.**), mielony Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (**GLUPSZ, SOJ.**), Sałata zielona 10 g,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia M w dniu: 2024-02-26

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2393.19 kcal; Białko ogółem: 87.39 g; Tłuszcz: 66.5 g; Kw. tł. nasy.: 25.45 g; Węglowodany ogółem: 374.11 g; W tym cukry: 108.29 g; Błonnik pok.: 18.4 g; Sól: 7.83 g; WW: 35.66 Por; : 14.61 %; : 59.45 %; Ener. z T: 25.01 %; Ener. z Bł.: 1.54 %; K: 3713.88 mg;

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

Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (**MLE**), Chleb razowy żytnio-pszeny 100 g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**), Masło extra 82% 10 g (**MLE**), Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (**SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ**), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml,

II ŚN: Chleb razowy żytnio-pszeny 50 g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**), Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g, Rzodkiew biała 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml,

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

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

Kolacja: Chleb razowy żytnio-pszeny 100 g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**), Masło extra 82% 10 g (**MLE**), Jajko gotowane kl M 2 szt (**JAJ**), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml,

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2366.38 kcal; Białko ogółem: 105.92 g; Tłuszcz: 74.12 g; Kw. tł. nasy.: 26.38 g; Węglowodany ogółem: 339.05 g; W tym cukry: 35.37 g; Błonnik pok.: 53.79 g; Sól: 9.12 g; WW: 28.51 Por; : 17.9 %; : 48.22 %; Ener. z T: 28.19 %; Ener. z Bł.: 4.55 %; K: 4347.03 mg;

W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa

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

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

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**), Bułka pszenna długa krojona 50 g (**GLU PSZ**), Masło extra 82% 10 g (**MLE**), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (**SOJ**), Cukinia pieczona z olejem * 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**), Masło extra 82% 5 g (**MLE**), Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (**GLU PSZ, SOJ**), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2387.04 kcal; Białko ogółem: 80.15 g; Tłuszcz: 54.54 g; Kw. tł. nasy.: 24.44 g; Węglowodany ogółem: 408.57 g; W tym cukry: 132.58 g; Błonnik pok.: 19.66 g; Sól: 8.17 g; WW: 39 Por; : 13.43 %; : 65.17 %; Ener. z T: 20.57 %; Ener. z Bł.: 1.65 %; K: 2416.86 mg;

W-wa- PIM MSWiA S1 Niskobiałkowa/Ziemniaczana

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

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

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 50 g (**GLU PSZ**), Masło extra 82% 10 g (**MLE**), Placki ziemniaczane 300 g (**GLU PSZ, JAJ**), Cukinia pieczona z olejem * 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2377.74 kcal; Białko ogółem: 52.41 g; Tłuszcz: 96.02 g; Kw. tł. nasy.: 27.77 g; Węglowodany ogółem: 337.08 g; W tym cukry: 78.96 g; Błonnik pok.: 21.78 g; Sól: 4.07 g; WW: 31.71 Por; : 8.82 %; : 53.04 %; Ener. z T: 36.34 %; Ener. z Bł.: 1.83 %; K: 4215.57 mg;

W-wa- PIM MSWiA S3 Niskofosforanowa

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2024-02-26

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA S3 Niskofosforanowa

- Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 100 g (**GLUPSZ**), Masło extra 82% 10 g (**MLE**), Schab gotowany 40 g, Miód (25g) 1 szt, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- Obiad: Solferino (bez mleka)* 400 ml (**GLUPSZ, SEL**), Kluski śląskie* 300 g (**JAJ**), Cebula smażona B 50 g, Surówka żydowska z olejem b/c 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,
- Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (**GLUPSZ, GLU ŻYT**), Bułka pszenna długa krojona 50 g (**GLUPSZ**), Masło extra 82% 10 g (**MLE**), Filet z kurczaka gotowany 50 g, Cukinia pieczona z olejem * 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (**GLUPSZ, GLU ŻYT**), Masło extra 82% 5 g (**MLE**), Schab gotowany 30 g, Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2363.84 kcal; Białko ogółem: 79.82 g; Tłuszcz: 67.92 g; Kw. tł. nasy.: 26.2 g; Węglowodany ogółem: 369.25 g; W tym cukry: 48.4 g; Błonnik pok.: 22.1 g; Sól: 6.23 g; WW: 34.86 Por; : 13.51 %; : 58.74 %; Ener. z T: 25.86 %; Ener. z Bł.: 1.87 %; K: 3532.11 mg;

W-wa- PIM MSWiA S4 Alergiczna

- Śniadanie: Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml, Chleb bezglutenowy 100 g, Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g, Schab gotowany 40 g, Jabłko pieczone 150 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- Obiad: Ziemniaczana *(bez glutenu, mleka) 400 ml (**SEL**), Ryż na sypko 180 g, Schab gotowany 80 g, Marchew gotowana z olejem* 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,
- Kolacja: Chleb bezglutenowy 100 g, Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g, Schab gotowany 50 g, Jabłko pieczone 150 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- PN: Chleb bezglutenowy 50 g, Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g, Schab gotowany 30 g, Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2059.24 kcal; Białko ogółem: 85.08 g; Tłuszcz: 52.99 g; Kw. tł. nasy.: 11.71 g; Węglowodany ogółem: 316.19 g; W tym cukry: 69.86 g; Błonnik pok.: 18.23 g; Sól: 1.93 g; WW: 29.89 Por; : 16.53 %; : 57.88 %; Ener. z T: 23.16 %; Ener. z Bł.: 1.77 %; K: 2996.36 mg;

W-wa- PIM MSWiA S5 Płynna/Sonda

- Śniadanie: Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml, Sonda S5 śn 400 ml (**GLUPSZ, JAJ, MLE**),
- II ŚN: Sonda S5 śn 400 ml (**GLUPSZ, JAJ, MLE**),
- Obiad: Sonda jarzynowa S5 400 g (**JAJ, MLE, SEL**), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,
- PD: Sonda jarzynowa S5 400 g (**JAJ, MLE, SEL**),
- Kolacja: Sonda jarzynowa S5 400 g (**JAJ, MLE, SEL**), Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- PN: Sonda jarzynowa S5 400 g (**JAJ, MLE, SEL**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2551.13 kcal; Białko ogółem: 118.51 g; Tłuszcz: 116.34 g; Kw. tł. nasy.: 61.04 g; Węglowodany ogółem: 268 g; W tym cukry: 77.79 g; Błonnik pok.: 20.65 g; Sól: 2.69 g; WW: 24.66 Por; : 18.58 %; : 38.78 %; Ener. z T: 41.04 %; Ener. z Bł.: 1.62 %; K: 5399.55 mg;

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

- Śniadanie: Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml, sonda śn b/ml 400 ml (**GLUPSZ, JAJ, SEL**),
- II ŚN: sonda śn b/ml 400 ml (**GLUPSZ, JAJ, SEL**),
- Obiad: Sonda jarzynowa S5 b/ml 600 g (**JAJ, SEL**), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,
- PD: Sonda jarzynowa S5 b/ml 400 g (**JAJ, SEL**),
- Kolacja: Sonda jarzynowa S5 b/ml 400 g (**JAJ, SEL**), Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- PN: Sonda jarzynowa S5 b/ml 400 g (**JAJ, SEL**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2507.03 kcal; Białko ogółem: 127.62 g; Tłuszcz: 103.74 g; Kw. tł. nasy.: 16.2 g; Węglowodany ogółem: 280.55 g; W tym cukry: 51.86 g; Błonnik pok.: 28.59 g; Sól: 2.48 g; WW: 24.97 Por; : 20.36 %; : 40.2 %; Ener. z T: 37.24 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 5746.39 mg;

W-wa- PIM MSWiA S7 Niskosodowa

- Śniadanie: Płatki owsiane na mleku 300 ml (**MLE, GLU OW**), Chleb pszenno-żytni bez soli 100 g (**GLUPSZ, 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,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2024-02-26

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA S7 Niskosodowa

- Obiad: Solferino (bez soli)* 400 ml (**GLU PSZ, MLE, SEL.**), Ryż na sypko (bez soli) 180 g, Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (**MLE.**), Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,
- Kolacja: Chleb pszenno-żytni bez soli 150 g (**GLU PSZ, GLU ŻYT.**), Masło extra 82% 10 g (**MLE.**), Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g, Cukinia pieczona z olejem * 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- PN: Chleb pszenno-żytni bez soli 50 g (**GLU PSZ, GLU ŻYT.**), Masło extra 82% 5 g (**MLE.**), Schab gotowany (bez soli) 30 g, Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2232.76 kcal; Białko ogółem: 102.95 g; Tłuszcz: 50.52 g; Kw. tł. nasy.: 23.06 g; Węglowodany ogółem: 349.41 g; W tym cukry: 131.89 g; Błonnik pok.: 12.01 g; Sól: 1.16 g; WW: 33.79 Por; : 18.44 %; : 60.44 %; Ener. z T: 20.36 %; Ener. z Bł.: 1.08 %; K: 2950.61 mg;

W-wa- PIM MSWiA S8 Niskobiałkowa

- Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 100 g (**GLU PSZ.**), Masło extra 82% 10 g (**MLE.**), Schab gotowany 30 g, Pomidor 80 g, Dżem 30 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- Obiad: Solferino (bez mleka)* 400 ml (**GLU PSZ, SEL.**), Ryż na sypko 180 g, Sos jogurtowy z twarogiem z/c 50 g (**MLE.**), Mus z jabłek prażonych z cynamonem 200 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,
- Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (**GLU PSZ, GLU ŻYT.**), Masło extra 82% 10 g (**MLE.**), Jajko gotowane kl M 1 szt (**JAJ.**), Miód (25g) 1 szt, Cukinia pieczona z olejem * 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (**GLU PSZ, GLU ŻYT.**), Masło extra 82% 5 g (**MLE.**), Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (**GLU PSZ, SOJ.**), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1980.46 kcal; Białko ogółem: 63.95 g; Tłuszcz: 43.17 g; Kw. tł. nasy.: 19.59 g; Węglowodany ogółem: 348.49 g; W tym cukry: 112.12 g; Błonnik pok.: 17.55 g; Sól: 5.14 g; WW: 33.13 Por; : 12.92 %; : 66.84 %; Ener. z T: 19.62 %; Ener. z Bł.: 1.77 %; K: 2347.78 mg;

W-wa- PIM MSWiA Aspirynowa

- Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (**GLU PSZ, GLU ŻYT.**), Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (**GLU PSZ, GLU ŻYT.**), Masło extra 82% 10 g (**MLE.**), Schab gotowany 40 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- Obiad: Ziemniaczana * 400 ml (**GLU PSZ, MLE, SEL.**), Ryż na sypko 180 g, Sos jogurtowy naturalny 200 g (**MLE.**), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,
- Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (**GLU PSZ, GLU ŻYT.**), Chleb razowy żytnio-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: 1714.83 kcal; Białko ogółem: 73.33 g; Tłuszcz: 38.38 g; Kw. tł. nasy.: 19.34 g; Węglowodany ogółem: 277.92 g; W tym cukry: 44.28 g; Błonnik pok.: 18.7 g; Sól: 5.15 g; WW: 25.95 Por; : 17.11 %; : 60.46 %; Ener. z T: 20.14 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 2322.01 mg;

W-wa- PIM MSWiA Niskopurynowa

- Śniadanie: Płatki owsiane na mleku 300 ml (**MLE, GLU OW.**), Bułka pszenna długa krojona 100 g (**GLU PSZ.**), Masło extra 82% 10 g (**MLE.**), Serek Fromage 80 g (**GLU PSZ, MLE.**), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- Obiad: Solferino (bez mleka)* 400 ml (**GLU PSZ, SEL.**), Ryż na sypko 180 g, Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (**MLE.**), Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,
- Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (**GLU PSZ, GLU ŻYT.**), Bułka pszenna długa krojona 50 g (**GLU PSZ.**), Masło extra 82% 10 g (**MLE.**), Jajko gotowane kl M 2 szt (**JAJ.**), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (**GLU PSZ, GLU ŻYT.**), Masło extra 82% 5 g (**MLE.**), Tofu 50 g (**SOJ.**), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2567.04 kcal; Białko ogółem: 91.12 g; Tłuszcz: 79.62 g; Kw. tł. nasy.: 44.53 g; Węglowodany ogółem: 383.51 g; W tym cukry: 106.97 g; Błonnik pok.: 20.06 g; Sól: 6 g; WW: 36.46 Por; : 14.2 %; : 56.63 %; Ener. z T: 27.91 %; Ener. z Bł.: 1.56 %; K: 2782.14 mg;

W-wa- PIM MSWiA Położniczo-ciężowa

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2024-02-26

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Położniczo-ciężowa

Śniadanie: Chleb pełnoziarnisty 100 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), Dżem 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml, Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW),

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

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

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

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Chleb pełnoziarnisty 50 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ), Cukinia pieczona z olejem * 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 5 g (MLE), Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2785.66 kcal; Białko ogółem: 103.77 g; Tłuszcz: 65.24 g; Kw. tł. nasy.: 26.57 g; Węglowodany ogółem: 461.99 g; W tym cukry: 150.46 g; Błonnik pok.: 25.71 g; Sól: 9.71 g; WW: 43.7 Por; : 14.9 %; : 62.65 %; Ener. z T: 21.08 %; Ener. z Bł.: 1.85 %; K: 2954.57 mg;

W-wa- PIM MSWiA Wegetariańska

Śniadanie: Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW), Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Serek Fromage 80 g (GLU PSZ, MLE), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

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

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2512.74 kcal; Białko ogółem: 87.1 g; Tłuszcz: 79.68 g; Kw. tł. nasy.: 44.57 g; Węglowodany ogółem: 376.82 g; W tym cukry: 106.61 g; Błonnik pok.: 26.9 g; Sól: 6.57 g; WW: 35.11 Por; : 13.87 %; : 55.7 %; Ener. z T: 28.54 %; Ener. z Bł.: 2.14 %; K: 2865.24 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa

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

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

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

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2316.37 kcal; Białko ogółem: 79.45 g; Tłuszcz: 64.42 g; Kw. tł. nasy.: 24.81 g; Węglowodany ogółem: 360.73 g; W tym cukry: 130.45 g; Błonnik pok.: 11.07 g; Sól: 2.1 g; WW: 34.97 Por; : 13.72 %; : 60.38 %; Ener. z T: 25.03 %; Ener. z Bł.: .96 %; K: 2778.72 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa bezmleczna

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

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

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2024-02-26

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa bezmleczna

Kolacja: Chleb bezglutenowy 100 g , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g , Jajko gotowane kl M 2 szt (**JAJ**), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2135.4 kcal; Białko ogółem: 70.36 g; Tłuszcz: 67.28 g; Kw. tł. nasy.: 14.32 g; Węglowodany ogółem: 314.73 g; W tym cukry: 75.08 g; Błonnik pok.: 12.58 g; Sól: 2.16 g; WW: 30.19 Por; : 13.18 %; : 56.6 %; Ener. z T: 28.35 %; Ener. z Bł.: 1.18 %; K: 2870.26 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezmleczna

Śniadanie: Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (**GLU PSZ**), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g , Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g , Dżem 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

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

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**), Bułka pszenna długa krojona 50 g (**GLU PSZ**), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g , Jajko gotowane kl M 2 szt (**JAJ**), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g , Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (**GLU PSZ, SOJ**), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2295.85 kcal; Białko ogółem: 80.63 g; Tłuszcz: 58.56 g; Kw. tł. nasy.: 14.74 g; Węglowodany ogółem: 370.26 g; W tym cukry: 77.04 g; Błonnik pok.: 20.83 g; Sól: 7.72 g; WW: 34.94 Por; : 14.05 %; : 60.88 %; Ener. z T: 22.96 %; Ener. z Bł.: 1.81 %; K: 2604.62 mg;

W-wa- PIM MSWiA Rozdrobniona/Mielona

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

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

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 150 g (**GLU PSZ**), Masło extra 82% 10 g (**MLE**), Jajko gotowane kl M 2 szt (**JAJ**), Pomidor 80 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Bułka pszenna długa krojona 50 g (**GLU PSZ**), Masło extra 82% 5 g (**MLE**), mielony Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (**GLU PSZ, SOJ**), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2364.56 kcal; Białko ogółem: 91.16 g; Tłuszcz: 63.58 g; Kw. tł. nasy.: 25.19 g; Węglowodany ogółem: 367.66 g; W tym cukry: 91.58 g; Błonnik pok.: 20.34 g; Sól: 7.07 g; WW: 34.74 Por; : 15.42 %; : 58.75 %; Ener. z T: 24.2 %; Ener. z Bł.: 1.72 %; K: 4040.2 mg;

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

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

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

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

PD: Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (**MLE**),

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

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2024-02-26

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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

PN: Bułka pszenna długa krojona 30 g (**GLU PSZ,**), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g , Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (**GLU PSZ, SOJ,**), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1588.45 kcal; Białko ogółem: 65.09 g; Tłuszcz: 37.76 g; Kw. tł. nasy.: 17.68 g; Węglowodany ogółem: 253.66 g; W tym cukry: 126.35 g; Błonnik pok.: 9.31 g; Sól: 3.31 g; WW: 24.52 Por; : 16.39 %; : 61.53 %; Ener. z T: 21.39 %; Ener. z Bł.: 1.17 %; K: 2038.94 mg;

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

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

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

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

PD: Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (**MLE,**),

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 30 g (**GLU PSZ,**), Masło extra 82% 10 g (**MLE,**), Jajko gotowane kl M 1 szt (**JAJ,**), Pomidor 40 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1713.58 kcal; Białko ogółem: 65.32 g; Tłuszcz: 45.39 g; Kw. tł. nasy.: 23.84 g; Węglowodany ogółem: 269.26 g; W tym cukry: 134.14 g; Błonnik pok.: 10.76 g; Sól: 3.65 g; WW: 25.93 Por; : 15.25 %; : 60.34 %; Ener. z T: 23.84 %; Ener. z Bł.: 1.26 %; K: 2201.7 mg;

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

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

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

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

PD: Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (**MLE,**),

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (**GLU PSZ, GLU ŻYT,**), Masło extra 82% 10 g (**MLE,**), Jajko gotowane kl M 2 szt (**JAJ,**), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 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 ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2091.47 kcal; Białko ogółem: 81.01 g; Tłuszcz: 54.4 g; Kw. tł. nasy.: 26.71 g; Węglowodany ogółem: 330.84 g; W tym cukry: 148.03 g; Błonnik pok.: 15.06 g; Sól: 5.18 g; WW: 31.65 Por; : 15.49 %; : 60.39 %; Ener. z T: 23.41 %; Ener. z Bł.: 1.44 %; K: 2666.73 mg;

W-wa- PIM MSWiA Transplantologia

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

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

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

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

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2024-02-26

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Transplantologia

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

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło extra 82% 5 g (MLE.), Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2512.63 kcal; Białko ogółem: 90.75 g; Tłuszcz: 67.14 g; Kw. tł. nasy.: 27.62 g; Węglowodany ogółem: 397.05 g; W tym cukry: 58.59 g; Błonnik pok.: 29.66 g; Sól: 11.22 g; WW: 36.76 Por; : 14.45 %; : 58.49 %; Ener. z T: 24.05 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 2906.59 mg;

W-wa- PIM MSWiA Specjalna

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Masło extra 82% 10 g (MLE.), Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

II ŚN: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.), Masło extra 82% 5 g (MLE.), Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g ,

Obiad: Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Ryż na sypko 180 g , Schab gotowany 150 g , Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.), Cukinia pieczona z olejem * 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

PD: Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.),

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Masło extra 82% 10 g (MLE.), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: 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 ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2530.33 kcal; Białko ogółem: 130.66 g; Tłuszcz: 68.97 g; Kw. tł. nasy.: 28.66 g; Węglowodany ogółem: 357.04 g; W tym cukry: 75.81 g; Błonnik pok.: 16.95 g; Sól: 8.38 g; WW: 34.07 Por; : 20.65 %; : 53.76 %; Ener. z T: 24.53 %; Ener. z Bł.: 1.34 %; K: 3769.47 mg;

W-wa- PIM MSWiA Cukrzyca oszczędzająca

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

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

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

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

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

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2387.19 kcal; Białko ogółem: 89.54 g; Tłuszcz: 63.53 g; Kw. tł. nasy.: 25.81 g; Węglowodany ogółem: 376.2 g; W tym cukry: 44.69 g; Błonnik pok.: 31.58 g; Sól: 10.42 g; WW: 34.5 Por; : 15 %; : 57.74 %; Ener. z T: 23.95 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 3005.01 mg;