

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-15

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa

Śniadanie: Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _), Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ, _), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _), Schab gotowany 80 g, Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL, _), Ziemniaki 180 g, Surówka z kapusty białej z olejem b/c 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Twarożek z ziołami 80 g (MLE, _), Banan 150 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Wartości odżywcze: E: 2024.31 kcal; B: 89.17 g; T: 42.31 g; Kw. tł. nasy.: 19.99 g; W: 335.71 g; W tym cukry: 93.03 g; Bł.: 28.9 g; Sól: 6.77 g; WW: 30.82 Por; Ener. z B: 419.09 %; Ener. z W: 1235.86 %; Ener. z T: 349.66 %; Ener. z Bł.: 95.21 %; K: 3972.36 mg;

W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna

Śniadanie: Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ, _), Dżem 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Schab gotowany 80 g, Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL, _), Ziemniaki 180 g, Bukiet warzyw gotowanych królewski* 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Twarożek z ziołami 80 g (MLE, _), Banan 150 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Wartości odżywcze: E: 2135.17 kcal; B: 93.42 g; T: 37.93 g; Kw. tł. nasy.: 19.74 g; W: 361.54 g; W tym cukry: 113.42 g; Bł.: 17.59 g; Sól: 6.13 g; WW: 34.55 Por; Ener. z B: 421.16 %; Ener. z W: 1254.99 %; Ener. z T: 298.01 %; Ener. z Bł.: 61.17 %; K: 3321.37 mg;

W-wa- PIM MSWiA III Kleikowa

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

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

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

Wartości odżywcze: E: 1031.85 kcal; B: 25.71 g; T: 8.04 g; Kw. tł. nasy.: .3 g; W: 215.07 g; W tym cukry: .39 g; Bł.: 4.68 g; Sól: .44 g; WW: 21.15 Por; Ener. z B: 41.11 %; Ener. z W: 353.75 %; Ener. z T: 27.01 %; Ener. z Bł.: 4.17 %; K: 274.05 mg;

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

Śniadanie: Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), mielona Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ, _), Dżem 80 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Pulpet wieprzowy 80 g (GLU PSZ, JAJ, _), Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL, _), Ziemniaki 180 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (SEL, _), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Twarożek 80 g (MLE, _), Banan 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-15

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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

Wartości odżywcze: E: 2253.36 kcal; B: 86.12 g; T: 50.14 g; Kw. tł. nasy.: 21.2 g; W: 374.52 g; W tym cukry: 119.71 g; Bł.: 20.44 g; Sól: 5.57 g; WW: 35.45 Por; Ener. z B: 253.47 %; Ener. z W: 1182.66 %; Ener. z T: 330.58 %; Ener. z Bł.: 37.5 %; K: 3579.99 mg;

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

Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE), Chleb razowy żytnio-pszeny 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Łopátka zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml,

II ŚN: Chleb razowy żytnio-pszeny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ), Rzodkiew biała 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml,

Obiad: Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLUPSZ, SEL), Schab gotowany 80 g, Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL), Ziemniaki 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,

PD: Jabłko 150 g, Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE),

Kolacja: Chleb razowy żytnio-pszeny 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Twarożek z ziołami 80 g (MLE), Ogórek kiszony 70 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml,

Wartości odżywcze: E: 1845.87 kcal; B: 98.58 g; T: 48.19 g; Kw. tł. nasy.: 20.22 g; W: 273 g; W tym cukry: 45.79 g; Bł.: 39.28 g; Sól: 7.68 g; WW: 23.41 Por; Ener. z B: 571.88 %; Ener. z W: 1064.12 %; Ener. z T: 493.84 %; Ener. z Bł.: 156.12 %; K: 4460.17 mg;

W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa

Śniadanie: Kasza manna na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Łopátka zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ), Dżem 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLUPSZ, SEL), Schab gotowany 80 g, Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL), Ziemniaki 180 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (SEL), 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), Twarożek z ziołami 80 g (MLE), Banan 150 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Wartości odżywcze: E: 2185.33 kcal; B: 91.47 g; T: 43.73 g; Kw. tł. nasy.: 19.95 g; W: 367.37 g; W tym cukry: 118.99 g; Bł.: 22.47 g; Sól: 6.31 g; WW: 34.55 Por; Ener. z B: 393.48 %; Ener. z W: 1236.07 %; Ener. z T: 351.41 %; Ener. z Bł.: 73.31 %; K: 3684.42 mg;

W-wa- PIM MSWiA S1 Niskobiałkowa/Ziemniaczana

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Łopátka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ), Pomidor 80 g, Dżem 40 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLUPSZ, SEL), Zapiekanka z ziemniaków i warzyw* 300 g (JAJ, MLE, SEL), Surówka z kapusty białej z olejem b/c 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Placki ziemniaczane 300 g (GLUPSZ, JAJ), Banan 150 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Wartości odżywcze: E: 1881.44 kcal; B: 44.12 g; T: 71.08 g; Kw. tł. nasy.: 20.98 g; W: 279.25 g; W tym cukry: 97.18 g; Bł.: 23.58 g; Sól: 3.42 g; WW: 25.64 Por; Ener. z B: 206.08 %; Ener. z W: 1003.99 %; Ener. z T: 301.94 %; Ener. z Bł.: 83.34 %; K: 3965.37 mg;

W-wa- PIM MSWiA S3 Niskofosforanowa

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-15

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 , Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLUPSZ, SEL,), Schab gotowany 80 g , Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL,), Ziemniaki 180 g , Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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 (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Twarożek 80 g (MLE,), Banan 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1863.41 kcal; B: 91.6 g; T: 34.16 g; Kw. tł. nasy.: 17.58 g; W: 304.39 g; W tym cukry: 73.93 g; Bł.: 17.41 g; Sól: 4.81 g; WW: 28.86 Por; Ener. z B: 399.14 %; Ener. z W: 1162.35 %; Ener. z T: 272.83 %; Ener. z Bł.: 73.96 %; K: 3371.59 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 , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL,), Schab gotowany 80 g , Ziemniaki 180 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 ,

Wartości odżywcze: E: 1638.51 kcal; B: 71.65 g; T: 41.14 g; Kw. tł. nasy.: 9.48 g; W: 250.28 g; W tym cukry: 55.25 g; Bł.: 14.87 g; Sól: 2.14 g; WW: 23.63 Por; Ener. z B: 317.17 %; Ener. z W: 948.89 %; Ener. z T: 329.89 %; Ener. z Bł.: 68.65 %; K: 2811.58 mg;

W-wa- PIM MSWiA S5 Płynna/Sonda

Śniadanie: Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml , 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 ,

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

Wartości odżywcze: E: 1345.26 kcal; B: 59.51 g; T: 58.23 g; Kw. tł. nasy.: 30.55 g; W: 151.44 g; W tym cukry: 54.96 g; Bł.: 10.9 g; Sól: 1.38 g; WW: 14.02 Por; Ener. z B: 259.85 %; Ener. z W: 807.84 %; Ener. z T: 292.86 %; Ener. z Bł.: 40.89 %; K: 2745.08 mg;

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

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

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

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

Wartości odżywcze: E: 1413.81 kcal; B: 69.11 g; T: 55.51 g; Kw. tł. nasy.: 8.75 g; W: 167.86 g; W tym cukry: 42.76 g; Bł.: 16.01 g; Sól: 1.38 g; WW: 15.07 Por; Ener. z B: 249.82 %; Ener. z W: 801.81 %; Ener. z T: 216.83 %; Ener. z Bł.: 64.98 %; K: 3179.75 mg;

W-wa- PIM MSWiA S7 Niskosodowa

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

Obiad: Pomidorowa z makaronem (bez soli)* 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL,), Schab gotowany (bez soli) 80 g , Sos własny (bez soli) 80 ml (GLUPSZ,), Ziemniaki (bez soli) 180 g , Bukiet warzyw gotowanych królewski* (bez soli) 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-15

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, _), Twarożek 80 g (MLE, _), Banan 150 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Wartości odżywcze: E: 1908.29 kcal; B: 100.7 g; T: 40.61 g; Kw. tł. nasy.: 20.56 g; W: 287.19 g; W tym cukry: 85.47 g; Bł.: 11.93 g; Sól: .86 g; WW: 27.69 Por; Ener. z B: 427.46 %; Ener. z W: 1217.45 %; Ener. z T: 306.33 %; Ener. z Bł.: 69.54 %; K: 3591.74 mg;

W-wa- PIM MSWiA S8 Niskobiałkowa

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, _), Pomidor 80 g, Dżem 40 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Schab gotowany 70 g, Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL, _), Ziemniaki 180 g, Bukiet warzyw gotowanych królewski* 130 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, _), Twarożek z ziołami 50 g (MLE, _), Banan 150 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml, Miód (25g) 1 szt,

Wartości odżywcze: E: 1760.01 kcal; B: 69.55 g; T: 29.85 g; Kw. tł. nasy.: 15.55 g; W: 309.82 g; W tym cukry: 87.64 g; Bł.: 16.83 g; Sól: 5.02 g; WW: 29.44 Por; Ener. z B: 364.18 %; Ener. z W: 1271.72 %; Ener. z T: 256.98 %; Ener. z Bł.: 73.84 %; K: 3023.18 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, _), Schab gotowany 40 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, _), Ziemniaki 180 g, Schab gotowany 80 g, Marchew gotowana z olejem* 130 g, 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, _), Twarożek 80 g (MLE, _), Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml, Banan 150 g,

Wartości odżywcze: E: 1621.57 kcal; B: 76.66 g; T: 34.71 g; Kw. tł. nasy.: 17.27 g; W: 262.56 g; W tym cukry: 73.02 g; Bł.: 23.78 g; Sól: 4.25 g; WW: 24.04 Por; Ener. z B: 259.82 %; Ener. z W: 955.08 %; Ener. z T: 256.84 %; Ener. z Bł.: 43.22 %; K: 3127.43 mg;

W-wa- PIM MSWiA Niskopurynowa

Śniadanie: Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Hummus 100 g (SEZ, _), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _), Zapiekanka z ziemników i warzyw* 300 g (JAJ, MLE, SEL, _), Surówka z kapusty białej z olejem b/c 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Twarożek z ziołami 80 g (MLE, _), Sałata zielona 20 g, Banan 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Wartości odżywcze: E: 2325.85 kcal; B: 75.68 g; T: 77.65 g; Kw. tł. nasy.: 26.59 g; W: 340.07 g; W tym cukry: 97.26 g; Bł.: 24.07 g; Sól: 6.61 g; WW: 31.73 Por; Ener. z B: 281.95 %; Ener. z W: 1116.63 %; Ener. z T: 412.77 %; Ener. z Bł.: 84.7 %; K: 3342.01 mg;

W-wa- PIM MSWiA Położniczo-ciężowa

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-15

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Położniczo-ciężowa

Śniadanie: Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _), Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Łopatką zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ, _), Dżem 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, _), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ, _), Rzodkiew biała 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml ,

Obiad: Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _), Ziemniaki 180 g , Schab gotowany 80 g , Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL, _), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 130 g , Marchew gotowana z olejem* 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

PD: Jabłko 150 g , Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE, _),

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, _), Twarożek z ziołami 80 g (MLE, _), Banan 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2538.67 kcal; B: 108.58 g; T: 51.83 g; Kw. tł. nasy.: 21.9 g; W: 424.39 g; W tym cukry: 136.35 g; Bł.: 34.75 g; Sól: 7.91 g; WW: 39.14 Por; Ener. z B: 522.77 %; Ener. z W: 1505.58 %; Ener. z T: 468.34 %; Ener. z Bł.: 118.99 %; K: 4444.51 mg;

W-wa- PIM MSWiA Wegetariańska

Śniadanie: Kasza manna na mleku 100 ml (GLU PSZ, MLE, _), Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Hummus 100 g (SEZ, _), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _), Zapiekanka z ziemniaków i warzyw* 300 g (JAJ, MLE, SEL, _), Surówka z kapusty białej z olejem b/c 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Twarożek z ziołami 80 g (MLE, _), Banan 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2132.57 kcal; B: 64.7 g; T: 74.17 g; Kw. tł. nasy.: 24.62 g; W: 313.45 g; W tym cukry: 88.72 g; Bł.: 30.52 g; Sól: 6.98 g; WW: 28.42 Por; Ener. z B: 268.16 %; Ener. z W: 1095.15 %; Ener. z T: 401.06 %; Ener. z Bł.: 93.1 %; K: 3172.32 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: Pomidorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL, _), Schab gotowany 80 g , Sos własny (bez glutenu) 80 ml , Ziemniaki 180 g , Bukiet warzyw gotowanych królewski* 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb bezglutenowy 100 g , Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Twarożek z ziołami 80 g (MLE, _), Sałata zielona 20 g , Banan 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1927.97 kcal; B: 80.5 g; T: 44.96 g; Kw. tł. nasy.: 19.74 g; W: 301.07 g; W tym cukry: 101.27 g; Bł.: 11.28 g; Sól: 2.18 g; WW: 29.16 Por; Ener. z B: 384.16 %; Ener. z W: 1212.32 %; Ener. z T: 321.82 %; Ener. z Bł.: 67.49 %; K: 3360.52 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 ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-15

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa bezmleczna

Obiad: Pomidorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL), Schab gotowany 80 g, Sos własny (bez glutenu) 80 ml, Ziemniaki 180 g, Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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, Pasta z groszku zielonego b/ml 100 g, Banan 150 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml

Wartości odżywcze: E: 1843.74 kcal; B: 64 g; T: 44.71 g; Kw. tł. nasy.: 8.98 g; W: 300.13 g; W tym cukry: 89.41 g; Bł.: 16.55 g; Sól: 2.36 g; WW: 28.47 Por; Ener. z B: 323.69 %; Ener. z W: 1265.29 %; Ener. z T: 383.68 %; Ener. z Bł.: 80.69 %; K: 3019.19 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezmleczna

Śniadanie: Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g, Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ), Dżem 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml

Obiad: Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLUPSZ, SEL), Ziemniaki 180 g, Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL), Schab gotowany 80 g, Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g, Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Sałata zielona 20 g, Banan 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml

Wartości odżywcze: E: 1959.57 kcal; B: 81.75 g; T: 30.34 g; Kw. tł. nasy.: 8.75 g; W: 346.6 g; W tym cukry: 98.69 g; Bł.: 17.59 g; Sól: 6.99 g; WW: 32.99 Por; Ener. z B: 412.93 %; Ener. z W: 1269.81 %; Ener. z T: 291.9 %; Ener. z Bł.: 62.04 %; K: 2869.74 mg;

W-wa- PIM MSWiA Rozdrobniona/Mielona

Śniadanie: Kasza manna na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), mielona Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ), Dżem 80 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml

Obiad: Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLUPSZ, SEL), Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 80 g (GLUPSZ), Ziemniaki puree 180 g (MLE), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLUPSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Twarożek 80 g (MLE), Banan 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 400 ml

Wartości odżywcze: E: 2241.01 kcal; B: 88.68 g; T: 49.45 g; Kw. tł. nasy.: 21.46 g; W: 365.95 g; W tym cukry: 117.58 g; Bł.: 15.32 g; Sól: 5.36 g; WW: 35.21 Por; Ener. z B: 288.33 %; Ener. z W: 1171.89 %; Ener. z T: 321.91 %; Ener. z Bł.: 23.78 %; K: 3242.36 mg;

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

Śniadanie: Kasza manna na mleku 150 ml (GLUPSZ, MLE), Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ), Masło extra 82% 5 g (MLE), Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml

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

Obiad: Pomidorowa z makaronem * 200 ml (GLUPSZ, MLE, SEL), Schab gotowany 60 g, Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL), Ziemniaki 100 g, Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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 300 ml (GLUPSZ, MLE), Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ), Masło extra 82% 5 g (MLE), Twarożek z ziołami 50 g (MLE), Banan 150 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-15

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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

Wartości odżywcze: E: 1569.79 kcal; B: 74.01 g; T: 30.61 g; Kw. tł. nasy.: 16.19 g; W: 251.65 g; W tym cukry: 126.27 g; Bł.: 10 g; Sól: 3.11 g; WW: 24.32 Por; Ener. z B: 360.14 %; Ener. z W: 1106.3 %; Ener. z T: 242.71 %; Ener. z Bł.: 60.32 %; K: 2963.68 mg;

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

Śniadanie: Kasza manna na mleku 200 ml (GLUPSZ, MLE, _), Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ, _), Pomidor 40 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml, Sałata zielona 20 g,

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

Obiad: Pomidorowa z makaronem * 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, _), Schab gotowany 60 g, Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL, _), Ziemniaki 120 g, Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 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 (GLUPSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Twarożek z ziołami 50 g (MLE, _), Banan 150 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Wartości odżywcze: E: 1566.79 kcal; B: 69.06 g; T: 35.31 g; Kw. tł. nasy.: 19.29 g; W: 245.77 g; W tym cukry: 122.82 g; Bł.: 10.69 g; Sól: 3.36 g; WW: 23.64 Por; Ener. z B: 362.23 %; Ener. z W: 1145.67 %; Ener. z T: 281.75 %; Ener. z Bł.: 61.74 %; K: 2877.71 mg;

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

Śniadanie: Kasza manna na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE, _), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ, _), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

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

Obiad: Pomidorowa z makaronem * 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, _), Schab gotowany 80 g, Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL, _), Ziemniaki 140 g, Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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 50 g (GLUPSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Twarożek z ziołami 60 g (MLE, _), Banan 150 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Wartości odżywcze: E: 1837.41 kcal; B: 86.27 g; T: 39.71 g; Kw. tł. nasy.: 21.26 g; W: 286.79 g; W tym cukry: 129.02 g; Bł.: 12.48 g; Sól: 4.03 g; WW: 27.59 Por; Ener. z B: 427.02 %; Ener. z W: 1254.11 %; Ener. z T: 317.36 %; Ener. z Bł.: 70.01 %; K: 3411.52 mg;

W-wa- PIM MSWiA Transplantologia

Śniadanie: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ, _), Dynia z wody 80 g, Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE, _), Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml,

II ŚN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT, _), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ, _), Mus z jabłek () b/c 150 g,

Obiad: Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLUPSZ, SEL, _), Schab gotowany 80 g, Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL, _), Ziemniaki 180 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (SEL, _), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml,

PD: Podpłomyki b/c 20 g (GLUPSZ, MLE, _), Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE, _),

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Twarożek 80 g (MLE, _), Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE, _), Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-15

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Transplantologia

Wartości odżywcze: E: 2166.34 kcal; B: 103.49 g; T: 54.24 g; Kw. tł. nasy.: 23.42 g; W: 326.06 g; W tym cukry: 43.62 g; Bł.: 26.3 g; Sól: 7.96 g; WW: 29.83 Por; Ener. z B: 409.37 %; Ener. z W: 911.8 %; Ener. z T: 473.15 %; Ener. z Bł.: 61.95 %; K: 3490.96 mg;

W-wa- PIM MSWiA Cukrzyca oszczędzająca

Śniadanie: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło extra 82% 10 g (MLE.), Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.), Dynia z wody 80 g, Sałata zielona 20 g, Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.), Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml,

II ŚN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.), Pomidor b/skórki 50 g,

Obiad: Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Schab gotowany 80 g, Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.), Ziemniaki 180 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (SEL.), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml,

PD: Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.), Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.),

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło extra 82% 10 g (MLE.), Twarożek z ziołami 80 g (MLE.), Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE.), 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.), Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (SOJ, GOR.), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: E: 2271.88 kcal; B: 112.06 g; T: 60.4 g; Kw. tł. nasy.: 25.47 g; W: 330.41 g; W tym cukry: 46.64 g; Bł.: 27.88 g; Sól: 9.28 g; WW: 30.17 Por; Ener. z B: 562.91 %; Ener. z W: 985.13 %; Ener. z T: 560.44 %; Ener. z Bł.: 108.24 %; K: 3870.14 mg;

W-wa- PIM MSWiA Wegańska

Śniadanie: Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 20 g, Paszтет sojowy z pomidorami 100 g (SOJ, GOR.), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml, Woda mineralna n/g 1,5l 2 szt,

Obiad: Pomidorowa z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Kotlety sojowe 150 g (SOJ.), Ziemniaki 180 g, Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g, Jabłko 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 20 g, Sałatka ze świeżych warzyw 200 g, Banan 150 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Wartości odżywcze: E: 2381.38 kcal; B: 74.12 g; T: 70.39 g; Kw. tł. nasy.: 12.77 g; W: 372.96 g; W tym cukry: 101.69 g; Bł.: 48.36 g; Sól: 7.03 g; WW: 32.57 Por; Ener. z B: 316.15 %; Ener. z W: 1441.32 %; Ener. z T: 637.6 %; Ener. z Bł.: 136.97 %; K: 3621.04 mg;