

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-12-20

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa

Śniadanie: Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, _), Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Serek a`la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE, _), Pomidor 70 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Kapuśniak z kapusty kiszonej * 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR, _), Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (GLU PSZ, JAJ, _), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL, _), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ, _), Surówka z marchwi 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, _), Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL, _), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 5 g (MLE, _), Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW, _), Rzodkiew biała 50 g ,

Wartości odżywcze: E: 2354.55 kcal; B: 96.21 g; T: 59.92 g; Kw. tł. nasy.: 25.29 g; W: 375.24 g; W tym cukry: 66.96 g; Bł.: 37.87 g; Sól: 9.98 g; WW: 33.81 Por; Ener. z B: 16.34 %; Ener. z W: 57.31 %; Ener. z T: 22.9 %; Ener. z Bł.: 3.22 %; K: 3361.45 mg;

W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna

Śniadanie: Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, _), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Serek a`la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE, _), Dżem 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (GLU PSZ, JAJ, _), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL, _), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ, _), Cukinia gotowana z pomidorami* 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, _), Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL, _), Galaretko o smaku truskawkowym z owocami 200 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Masło extra 82% 5 g (MLE, _), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW, _), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2565.94 kcal; B: 97.42 g; T: 52.69 g; Kw. tł. nasy.: 23.45 g; W: 436.44 g; W tym cukry: 87.53 g; Bł.: 26.66 g; Sól: 8.17 g; WW: 41.07 Por; Ener. z B: 15.19 %; Ener. z W: 63.88 %; Ener. z T: 18.48 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 2751.35 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: 9.97 %; Ener. z W: 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 (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Serek a`la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE, _), Dżem 80 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-12-20

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (GLU PSZ, JAJ, _), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ, _), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL, _), Cukinia gotowana z pomidorami* 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), mielona Szyńka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, _), Galaretko o smaku truskawkowym z owocami 200 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 5 g (MLE, _), Szyńka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW, _),

Wartości odżywcze: E: 2538.11 kcal; B: 100.37 g; T: 54.92 g; Kw. tł. nasy.: 24.02 g; W: 418.69 g; W tym cukry: 87.21 g; Bł.: 19.72 g; Sól: 7.63 g; WW: 40 Por; Ener. z B: 15.82 %; Ener. z W: 62.88 %; Ener. z T: 19.47 %; Ener. z Bł.: 1.55 %; K: 2693.2 mg;

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

Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE, _), Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Serek a`la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE, _), Pomidor 70 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

II ŚN: Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Szyńka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ, _), Papryka świeża 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

Obiad: Kapuśniak z kapusty kiszonej * 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR, _), Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (GLU PSZ, JAJ, _), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL, _), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ, _), Cukinia gotowana z pomidorami* 60 g , Surówka z marchwi z olejem b/c 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

PD: Maślanka 150 ml (MLE, _), Płatki owsiane 30 g (GLU OW, _),

Kolacja: Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL, _), Ogórek kiszony 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, _), Szyńka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW, _), Rzodkiew biała 50 g ,

Wartości odżywcze: E: 2307.19 kcal; B: 107.91 g; T: 64.15 g; Kw. tł. nasy.: 24.97 g; W: 349.26 g; W tym cukry: 45.15 g; Bł.: 50.82 g; Sól: 10.37 g; WW: 29.96 Por; Ener. z B: 18.71 %; Ener. z W: 51.74 %; Ener. z T: 25.03 %; Ener. z Bł.: 4.41 %; K: 4458.65 mg;

W-wa- PIM MSWiA VI Niskośluszczowa

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 a`la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE, _), Dżem 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (GLU PSZ, JAJ, _), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL, _), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ, _), Cukinia gotowana z pomidorami* 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, _), Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL, _), Galaretko o smaku truskawkowym z owocami 200 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 5 g (MLE, _), Szyńka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW, _), Sałata zielona 10 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-12-20

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa

Wartości odżywcze: E: 2585.94 kcal; B: 100.22 g; T: 52.89 g; Kw. tł. nasy.: 23.42 g; W: 437.84 g; W tym cukry: 88.73 g; Bł.: 25.16 g; Sól: 7.52 g; WW: 41.37 Por; Ener. z B: 15.5 %; Ener. z W: 63.84 %; Ener. z T: 18.41 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 2863.35 mg;

W-wa- PIM MSWiA S1 Niskobiałkowa/Ziemniaczana

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

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Kopytka ziemniaczane * 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.), Surówka z marchwi 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.), Sałatka ziemniaczana - dieta 150 g (MLE.), Galaretka o smaku truskawkowym z owocami 200 g, Sałata zielona 20 g, Miód (25g) 1 szt, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

PN: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.), Masło extra 82% 5 g (MLE.), Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW.), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: E: 2067.9 kcal; B: 50.95 g; T: 44.29 g; Kw. tł. nasy.: 20.75 g; W: 371.68 g; W tym cukry: 60.08 g; Bł.: 17.51 g; Sól: 3.53 g; WW: 35.53 Por; Ener. z B: 9.86 %; Ener. z W: 68.51 %; Ener. z T: 19.27 %; Ener. z Bł.: 1.69 %; K: 2599.45 mg;

W-wa- PIM MSWiA S3 Niskofosforanowa

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Masło extra 82% 10 g (MLE.), Serek a'la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE.), Dżem 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Filet z kurczaka gotowany 80 g, Ryż na sypko 180 g, Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.), Cukinia gotowana z pomidorami* 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.), Schab gotowany plastry 50 g, Galaretka o smaku truskawkowym z owocami 200 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.), Filet z kurczaka gotowany 30 g, Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: E: 2305.54 kcal; B: 105.34 g; T: 44.86 g; Kw. tł. nasy.: 19.83 g; W: 377.81 g; W tym cukry: 72.9 g; Bł.: 18.15 g; Sól: 5.92 g; WW: 36.04 Por; Ener. z B: 18.28 %; Ener. z W: 62.4 %; Ener. z T: 17.51 %; Ener. z Bł.: 1.57 %; K: 2664.65 mg;

W-wa- PIM MSWiA S4 Alergiczna

Śniadanie: Ryż 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.), Filet z kurczaka gotowany 80 g, Sos jarzynowy (bez glutenu, mleka) 80 ml (SEL.), Ryż na sypko 180 g, Cukinia gotowana z pomidorami* 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 plastry 50 g, Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml, 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,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-12-20

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA S4 Alergiczna

Wartości odżywcze: E: 2049.61 kcal; B: 80.79 g; T: 50.84 g; Kw. tł. nasy.: 9.46 g; W: 319.99 g; W tym cukry: 69.44 g; Bł.: 12.52 g; Sól: 2.35 g; WW: 30.78 Por; Ener. z B: 15.77 %; Ener. z W: 60.01 %; Ener. z T: 22.33 %; Ener. z Bł.: 1.22 %; K: 2780.01 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: Sonda jarzynowa S5 400 g (JAJ, MLE, SEL, _),

Wartości odżywcze: E: 2551.13 kcal; B: 118.51 g; T: 116.34 g; Kw. tł. nasy.: 61.04 g; W: 268 g; W tym cukry: 77.79 g; Bł.: 20.65 g; Sól: 2.69 g; WW: 24.66 Por; Ener. z B: 18.58 %; Ener. z W: 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 (GLU PSZ, JAJ, SEL, _),

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

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

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

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

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

Wartości odżywcze: E: 2507.03 kcal; B: 127.62 g; T: 103.74 g; Kw. tł. nasy.: 16.2 g; W: 280.55 g; W tym cukry: 51.86 g; Bł.: 28.59 g; Sól: 2.48 g; WW: 24.97 Por; Ener. z B: 20.36 %; Ener. z W: 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 (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: Ziemniaczana *(bez soli) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _), Pulpet drobiowy (bez soli) 80 g (GLU PSZ, JAJ, _), Kasza jęczmienna/sypko (bez soli) 180 g (GLU JEĆZ, _), Sos jarzynowy* (bez soli) 80 ml (GLU PSZ, SEL, _), Cukinia gotowana z pomidorami* b/soli 130 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 , Galaretką o smaku truskawkowym z owocami 200 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, _), Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 30 g , Sałata zielona 10 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-12-20

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA S7 Niskosodowa

Wartości odżywcze: E: 2284.74 kcal; B: 103.49 g; T: 55.39 g; Kw. tł. nasy.: 21.8 g; W: 347.17 g; W tym cukry: 81.67 g; Bł.: 14.78 g; Sól: 1.03 g; WW: 33.27 Por; Ener. z B: 18.12 %; Ener. z W: 58.19 %; Ener. z T: 21.82 %; Ener. z Bł.: 1.29 %; K: 2998.44 mg;

W-wa- PIM MSWiA S8 Niskobiałkowa

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE,), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Dżem 30 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Pieczeń rzymska drobiowa 70 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ,), Cukinia gotowana z pomidorami* 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,), Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (RYB, SEL,), Galaretko o smaku truskawkowym z owocami 200 g, Sałata zielona 20 g, Miód (25g) 1 szt, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW,), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: E: 2054.44 kcal; B: 68.45 g; T: 42.13 g; Kw. tł. nasy.: 18.5 g; W: 359.64 g; W tym cukry: 56.84 g; Bł.: 21.44 g; Sól: 6.25 g; WW: 33.9 Por; Ener. z B: 13.33 %; Ener. z W: 65.85 %; Ener. z T: 18.46 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 2370.83 mg;

W-wa- PIM MSWiA Aspirynowa

Śniadanie: 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 a'la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE,), Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Ryż na sypko 180 g, Filet z kurczaka 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-pszenno 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Schab gotowany plastry 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,), Filet z kurczaka gotowany 30 g,

Wartości odżywcze: E: 1807.35 kcal; B: 92.83 g; T: 40.36 g; Kw. tł. nasy.: 19.35 g; W: 279.17 g; W tym cukry: 44.98 g; Bł.: 23.12 g; Sól: 5.31 g; WW: 25.75 Por; Ener. z B: 20.55 %; Ener. z W: 56.67 %; Ener. z T: 20.1 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 2549.5 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 a'la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE,), Jabłko pieczone 150 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Kaszotto wegetariańskie z tofu * 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL,), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL,), Surówka z marchwi 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,), Twaróg półtłusty 100 g (MLE,), Galaretko o smaku truskawkowym z owocami 200 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,), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Sałata zielona 10 g,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-12-20

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Niskopurynowa

Wartości odżywcze: E: 2536.7 kcal; B: 98.57 g; T: 64.01 g; Kw. tł. nasy.: 26.73 g; W: 398.27 g; W tym cukry: 80.17 g; Bł.: 36.29 g; Sól: 6.06 g; WW: 36.25 Por; Ener. z B: 15.54 %; Ener. z W: 57.08 %; Ener. z T: 22.71 %; Ener. z Bł.: 2.86 %; K: 2918.95 mg;

W-wa- PIM MSWiA Położniczo-ciężowa

Śniadanie: Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, _), Chleb pełnoziarnisty 100 g (GLUPSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Serek a`la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE, _), Dżem 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

II ŚN: Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT, _), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ, _), Papryka świeża 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL, _), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ, _), Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (GLUPSZ, JAJ, _), Sos jarzynowy * 80 ml (GLUPSZ, SEL, _), Cukinia gotowana z pomidorami* 130 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (SEL, _), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

PD: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE, _), Wafle ryżowe 30 g ,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT, _), Chleb pełnoziarnisty 50 g (GLUPSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL, _), Galaretko o smaku truskawkowym z owocami 200 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, _), Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW, _), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 3065.4 kcal; B: 119.59 g; T: 70.68 g; Kw. tł. nasy.: 24.68 g; W: 503.55 g; W tym cukry: 106.78 g; Bł.: 33.71 g; Sól: 9.67 g; WW: 47.06 Por; Ener. z B: 15.61 %; Ener. z W: 61.31 %; Ener. z T: 20.75 %; Ener. z Bł.: 2.2 %; K: 3551.48 mg;

W-wa- PIM MSWiA Vegetariańska

Śniadanie: Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, _), Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT, _), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Serek a`la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE, _), Pomidor 70 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL, _), Kaszotto wegetariańskie z tofu * 300 g (GLUPSZ, SOJ, SEL, _), Sos jarzynowy * 80 ml (GLUPSZ, SEL, _), Surówka z marchwi z olejem b/c 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT, _), Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Ser topiony 50 g (MLE, _), Ogórek kiszony 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, _), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ, _), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2301.6 kcal; B: 80.59 g; T: 72.54 g; Kw. tł. nasy.: 31.9 g; W: 341.13 g; W tym cukry: 64.69 g; Bł.: 40.64 g; Sól: 9.05 g; WW: 30.05 Por; Ener. z B: 14.01 %; Ener. z W: 52.22 %; Ener. z T: 28.37 %; Ener. z Bł.: 3.53 %; K: 3002.07 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa

Śniadanie: Ryż na mleku 300 ml (MLE, _), Chleb bezglutenowy 100 g , Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Serek a`la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE, _), Dżem 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Ziemniaczana *(bez glutenu, mleka) 400 ml (SEL, _), Pulpet drobiowy (bez glutenu) 80 g (JAJ, _), Sos jarzynowy* (bez glutenu) 80 ml (SEL, _), Ziemniaki 180 g , Cukinia gotowana z pomidorami* 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-12-20

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa

Kolacja: Chleb bezglutenowy 100 g , Masło extra 82% 10 g (MLE,) , Filet z kurczaka gotowany 50 g , Galaretko o smaku truskawkowym z owocami 200 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: E: 2270.47 kcal; B: 87 g; T: 61.43 g; Kw. tł. nasy.: 22.37 g; W: 344.2 g; W tym cukry: 83.86 g; Bł.: 12.45 g; Sól: 2.84 g; WW: 33.26 Por; Ener. z B: 15.33 %; Ener. z W: 58.45 %; Ener. z T: 24.35 %; Ener. z Bł.: 1.1 %; K: 3701.41 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa bezmleczna

Śniadanie: Ryż 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: Ziemniaczana *(bez glutenu, mleka) 400 ml (SEL,) , Pulpet drobiowy (bez glutenu) 80 g (JAJ,) , Sos jarzynowy* (bez glutenu) 80 ml (SEL,) , Ziemniaki 180 g , Cukinia gotowana z pomidorami* 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 , Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,) , Galaretko o smaku truskawkowym z owocami 200 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: E: 2166.54 kcal; B: 73.66 g; T: 63.01 g; Kw. tł. nasy.: 12.75 g; W: 328.48 g; W tym cukry: 67.98 g; Bł.: 12.45 g; Sól: 2.93 g; WW: 31.57 Por; Ener. z B: 13.6 %; Ener. z W: 58.35 %; Ener. z T: 26.17 %; Ener. z Bł.: 1.15 %; K: 3318.79 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezmleczna

Śniadanie: Ryż na wodzie 300 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ,) , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g , Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLUPSZ, SOJ,) , Dżem 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL,) , Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (GLUPSZ, JAJ,) , Sos jarzynowy * 80 ml (GLUPSZ, SEL,) , Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLUJĘCZ,) , Cukinia gotowana z pomidorami* 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 , Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ, GOR,) , Galaretko o smaku truskawkowym z owocami 200 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g , Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g , Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2330.07 kcal; B: 79.12 g; T: 47.27 g; Kw. tł. nasy.: 10.76 g; W: 405.25 g; W tym cukry: 69.88 g; Bł.: 21.93 g; Sól: 9.02 g; WW: 38.38 Por; Ener. z B: 13.58 %; Ener. z W: 65.8 %; Ener. z T: 18.26 %; Ener. z Bł.: 1.88 %; K: 2079.81 mg;

W-wa- PIM MSWiA Rozdrobniona/Mielona

Śniadanie: Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ,) , Masło extra 82% 10 g (MLE,) , Serek a`la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE,) , Dżem 80 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL,) , Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (GLUPSZ, JAJ,) , Ziemniaki puree 180 g (MLE,) , Sos jarzynowy * 80 ml (GLUPSZ, SEL,) , Cukinia gotowana z pomidorami* 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-12-20

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Rozdrobniona/Mielona

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), mielona Szyńka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 50 g (GLUPSZ, SOJ, MLE,), Galaretka o smaku truskawkowym z owocami 200 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), mielona Szyńka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW,),

Wartości odżywcze: E: 2481.01 kcal; B: 99.38 g; T: 52.83 g; Kw. tł. nasy.: 23.77 g; W: 409.81 g; W tym cukry: 87.71 g; Bł.: 18.77 g; Sól: 7.67 g; WW: 39.21 Por; Ener. z B: 16.02 %; Ener. z W: 63.04 %; Ener. z T: 19.17 %; Ener. z Bł.: 1.51 %; K: 3515.62 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 (GLUPSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE,), Pomidor 40 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,

II ŚN: Gruszka 150 g ,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 200 ml (GLUPSZ, SEL,), Pieczeń rzymska drobiowa 50 g (GLUPSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 80 ml (GLUPSZ, SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 120 g (GLU JĘCZ,), Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml ,

PD: Galaretka o smaku truskawkowym z owocami 200 g ,

Kolacja: Kasza manna na mleku 150 ml (GLUPSZ, MLE,), Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (RYB, SEL,), Ogórek kiszony 40 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,

PN: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Szyńka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW,), Rzodkiew biała 50 g ,

Wartości odżywcze: E: 1549.27 kcal; B: 62.81 g; T: 32.44 g; Kw. tł. nasy.: 15.12 g; W: 261.2 g; W tym cukry: 68.21 g; Bł.: 21.3 g; Sól: 4.16 g; WW: 24.02 Por; Ener. z B: 16.22 %; Ener. z W: 61.94 %; Ener. z T: 18.84 %; Ener. z Bł.: 2.75 %; K: 2412.82 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 (GLUPSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE,), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

II ŚN: Gruszka 150 g ,

Obiad: Kapuśniak z kapusty kiszonej * 300 ml (GLUPSZ, SEL, GOR,), Pieczeń rzymska drobiowa 60 g (GLUPSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 80 ml (GLUPSZ, SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 120 g (GLU JĘCZ,), Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

PD: Galaretka o smaku truskawkowym z owocami 200 g ,

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 40 g (RYB, SEL,), Ogórek kiszony 50 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Szyńka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW,), Rzodkiew biała 50 g ,

Wartości odżywcze: E: 1687.46 kcal; B: 63.52 g; T: 47.07 g; Kw. tł. nasy.: 21.37 g; W: 263.22 g; W tym cukry: 71.73 g; Bł.: 23.34 g; Sól: 4.99 g; WW: 24 Por; Ener. z B: 15.06 %; Ener. z W: 56.86 %; Ener. z T: 25.1 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 2622.66 mg;

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

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-12-20

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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,), Serek a'la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE,), Pomidor 70 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

II ŚN: Gruszka 150 g ,

Obiad: Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR,), Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 140 g (GLU JĘCZ,), Surówka z marchwi z olejem b/c 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

PD: Galaretką o smaku truskawkowym z owocami 200 g ,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL,), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW,), Rzodkiew biała 50 g ,

Wartości odżywcze: E: 2083.72 kcal; B: 88.62 g; T: 54.96 g; Kw. tł. nasy.: 24.4 g; W: 321.55 g; W tym cukry: 80.22 g; Bł.: 28.88 g; Sól: 6.93 g; WW: 29.29 Por; Ener. z B: 17.01 %; Ener. z W: 56.18 %; Ener. z T: 23.74 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 3113.56 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,), Serek a'la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE,), Jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

II ŚN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ,), Mus z jabłek () b/c 150 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ,), Cukinia gotowana z pomidorami* 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

PD: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,), Wafle ryżowe 30 g ,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,), Galaretką o smaku truskawkowym z owocami 200 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,), Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW,),

Wartości odżywcze: E: 2506.31 kcal; B: 101.63 g; T: 56.42 g; Kw. tł. nasy.: 23.67 g; W: 409.48 g; W tym cukry: 32.45 g; Bł.: 30.18 g; Sól: 10.58 g; WW: 37.91 Por; Ener. z B: 16.22 %; Ener. z W: 60.54 %; Ener. z T: 20.26 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 2569.72 mg;

W-wa- PIM MSWiA Specjalna

Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,), Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Serek a'la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE,), Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU PSZ, SOJ,), Rzodkiew biała 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,), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ,), Papryka świeża 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-12-20

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Specjalna

Obiad: Kapuśniak z kapusty kiszonej * 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR, _), Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 160 g , Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL, _), Ziemniaki 140 g , Cukinia gotowana z pomidorami* 60 g , Surówka z marchwi z olejem b/c 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml , Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE, _),

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

Kolacja: Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Szyunka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 100 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, _), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml , Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE, _),

Wartości odżywcze: E: 2096.29 kcal; B: 136.13 g; T: 74.18 g; Kw. tł. nasy.: 27.84 g; W: 237.74 g; W tym cukry: 44.77 g; Bł.: 35.6 g; Sól: 12.02 g; WW: 20.24 Por; Ener. z B: 25.98 %; Ener. z W: 38.57 %; Ener. z T: 31.85 %; Ener. z Bł.: 3.4 %; K: 5144.14 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, _), Serek a`la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE, _), 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, _), Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ, _), Pomidor b/skórki 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (GLU PSZ, JAJ, _), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL, _), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ, _), Cukinia gotowana z pomidorami* 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

PD: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE, _), Wafle ryżowe 30 g ,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Szyunka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, _), Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml , 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, _), Szyunka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW, _), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2370.62 kcal; B: 99.13 g; T: 55.65 g; Kw. tł. nasy.: 22.73 g; W: 379.03 g; W tym cukry: 51.57 g; Bł.: 26.78 g; Sól: 10.63 g; WW: 35.26 Por; Ener. z B: 16.73 %; Ener. z W: 59.44 %; Ener. z T: 21.13 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 2808.81 mg;