

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa W w dniu: 2023-11-14

### Oddział: W-WA- PIM MSWiA TRANSPLANTOLOGIA

#### W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa

- Śniadanie: Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,), Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,), Ogórek kiszony 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- Obiad: Pieczarkowa z ziemniakami \* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Szyunka wieprzowa gotowana 80 g, Sos szpinakowy\* 80 ml (GLU PSZ,), Makaron 180 g (GLU PSZ,), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 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,), Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ,), 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,), Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ,), Sałata zielona 10 g,
- Wartości odżywcze: E: 2222.95 kcal; B: 97.18 g; T: 58.47 g; Kw. tł. nasy.: 24.78 g; W: 339.81 g; W tym cukry: 54.56 g; Bł.: 28.01 g; Sól: 10.57 g; WW: 31.22 Por; Ener. z B: 17.49 %; Ener. z W: 56.11 %; Ener. z T: 23.67 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 2882.26 mg;

#### W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna

- Śniadanie: Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,), 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 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,), Jabłko pieczone 150 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- Obiad: Solferino (bez mleka)\* 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Szyunka wieprzowa gotowana 80 g, Sos szpinakowy\* 80 ml (GLU PSZ,), Makaron 180 g (GLU PSZ,), Dynia z wody 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,), Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ,), Dżem 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: E: 2300.66 kcal; B: 91.03 g; T: 46.52 g; Kw. tł. nasy.: 22.23 g; W: 388.37 g; W tym cukry: 101.59 g; Bł.: 24.19 g; Sól: 9.28 g; WW: 36.44 Por; Ener. z B: 15.83 %; Ener. z W: 63.32 %; Ener. z T: 18.2 %; Ener. z Bł.: 2.1 %; K: 2776.5 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: Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), mielona Szyunka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,), Jabłko pieczone 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa WIM Szaserów w dniu: 2023-11-14

### Oddział: W-WA- PIM MSWiA TRANSPLANTOLOGIA

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

Obiad: Solferino (bez mleka)\* 400 ml (GLUPSZ, SEL, ), Klopsik wieprzowy 80 g (GLUPSZ, JAJ, ), Sos szpinakowy\* 80 ml (GLUPSZ, ), Makaron 180 g (GLUPSZ, ), Dynia z wody 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 Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, ), Dżem 80 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

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

Wartości odżywcze: E: 2427.57 kcal; B: 91.38 g; T: 54.34 g; Kw. tł. nasy.: 23.06 g; W: 400.97 g; W tym cukry: 104.04 g; Bł.: 19.84 g; Sól: 7.75 g; WW: 38.14 Por; Ener. z B: 15.06 %; Ener. z W: 62.8 %; Ener. z T: 20.14 %; Ener. z Bł.: 1.63 %; K: 2829.71 mg;

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

Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE, ), Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT, ), Masło extra 82% 10 g (MLE, ), Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, ), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

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

Obiad: Solferino (bez mleka)\* 400 ml (GLUPSZ, SEL, ), Szynka wieprzowa gotowana 80 g , Sos szpinakowy\* 80 ml (GLUPSZ, ), Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLUPSZ, ), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g , Brokuł gotowany\* 60 g , Kompot owocowy z jabłkami\* b/c 300 ml ,

PD: Maślanka 150 ml (MLE, ), Gruszka 150 g ,

Kolacja: Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT, ), Masło extra 82% 10 g (MLE, ), Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, ), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

PN: Chleb razowy żytnio-pszenny 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: E: 2159.45 kcal; B: 107.45 g; T: 62.66 g; Kw. tł. nasy.: 25.64 g; W: 309.31 g; W tym cukry: 50.58 g; Bł.: 46.61 g; Sól: 10.33 g; WW: 26.25 Por; Ener. z B: 19.9 %; Ener. z W: 48.66 %; Ener. z T: 26.11 %; Ener. z Bł.: 4.32 %; K: 4460.66 mg;

#### W-wa- PIM MSWiA VI Niskośluszczowa

Śniadanie: Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE, ), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ, ), 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 40 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, ), Jabłko pieczone 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Solferino (bez mleka)\* 400 ml (GLUPSZ, SEL, ), Szynka wieprzowa gotowana 80 g , Sos szpinakowy\* 80 ml (GLUPSZ, ), Makaron 180 g (GLUPSZ, ), Dynia z wody 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 królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, ), Dżem 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: E: 2320.66 kcal; B: 93.83 g; T: 46.72 g; Kw. tł. nasy.: 22.2 g; W: 389.77 g; W tym cukry: 102.79 g; Bł.: 22.69 g; Sól: 8.63 g; WW: 36.74 Por; Ener. z B: 16.17 %; Ener. z W: 63.27 %; Ener. z T: 18.12 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 2888.5 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa WIM Szaserów w dniu: 2023-11-14

### Oddział: W-WA- PIM MSWiA TRANSPLANTOLOGIA

#### W-wa- PIM MSWiA S1 Niskobiałkowa/Ziemniaczana

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Szyunka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 30 g (GLUPSZ, SOJ, MLE), Jabłko pieczone 150 g, Sałata zielona 20 g, Miód (25g) 1 szt, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Solferino (bez mleka)\* 400 ml (GLUPSZ, SEL), Zapiekanka z ziemniaków i warzyw\* 300 g (JAJ, MLE, SEL), Sos szpinakowy\* 80 ml (GLUPSZ), Dynia z wody 130 g, Kompot owocowy z jabłkami\* z/c 300 ml,

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), paluszki ziemniaczane 200 g (GLUPSZ, JAJ), Pomidor 80 g, Dżem 30 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), Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLUPSZ, SOJ), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: E: 1841.87 kcal; B: 47.95 g; T: 63.81 g; Kw. tł. nasy.: 23.78 g; W: 278.6 g; W tym cukry: 79.68 g; Bł.: 23.77 g; Sól: 4.62 g; WW: 25.5 Por; Ener. z B: 10.41 %; Ener. z W: 55.34 %; Ener. z T: 31.18 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 3841.49 mg;

#### W-wa- PIM MSWiA S3 Niskofosforanowa

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ), Jabłko pieczone 150 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Solferino (bez mleka)\* 400 ml (GLUPSZ, SEL), Filet z kurczaka gotowany 80 g, Sos szpinakowy\* 80 ml (GLUPSZ), Makaron 180 g (GLUPSZ), Dynia z wody 130 g, Kompot owocowy z jabłkami\* z/c 300 ml,

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLUPSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Schab gotowany 50 g, Dżem 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

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

Wartości odżywcze: E: 2113.36 kcal; B: 100.43 g; T: 41.75 g; Kw. tł. nasy.: 19.1 g; W: 341.19 g; W tym cukry: 91.5 g; Bł.: 19.32 g; Sól: 4.6 g; WW: 32.14 Por; Ener. z B: 19.01 %; Ener. z W: 60.92 %; Ener. z T: 17.78 %; Ener. z Bł.: 1.83 %; K: 3169.42 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, Filet z kurczaka gotowany 40 g, Jabłko pieczone 150 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Ryżowa (bez mleka)\* 400 ml (SEL), Filet z kurczaka gotowany 80 g, Sos szpinakowy (bez glutenu)\* 80 ml, Ziemniaki 180 g, Dynia z wody 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, 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: E: 1776.25 kcal; B: 78.93 g; T: 41.01 g; Kw. tł. nasy.: 8.7 g; W: 273.43 g; W tym cukry: 55.07 g; Bł.: 13.85 g; Sól: 2.42 g; WW: 25.95 Por; Ener. z B: 17.77 %; Ener. z W: 58.45 %; Ener. z T: 20.78 %; Ener. z Bł.: 1.56 %; K: 3045.51 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),

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa WIM Szaserów w dniu: 2023-11-14

### Oddział: W-WA- PIM MSWiA TRANSPLANTOLOGIA

#### W-wa- PIM MSWiA S5 Płynna/Sonda

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 (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: 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: Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,), Chleb pszenno-żytni bez soli 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,), Jabłko pieczone 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Solferino (bez soli)\* 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL,), Szyńka wieprzowa gotowana (bez soli) 80 g , Sos szpinakowy (bez soli)\* 80 ml (GLUPSZ,), Makaron (bez soli) 180 g (GLUPSZ,), Dynia z wody b/soli 130 g , Kompot owocowy z jabłkami\* z/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb pszenno-żytni bez soli 150 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Schab gotowany (bez soli) 50 g , Dżem 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

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

Wartości odżywcze: E: 2288.1 kcal; B: 114.98 g; T: 57.15 g; Kw. tł. nasy.: 25.69 g; W: 330.34 g; W tym cukry: 101.8 g; Bł.: 15.04 g; Sól: 1.19 g; WW: 31.46 Por; Ener. z B: 20.1 %; Ener. z W: 55.12 %; Ener. z T: 22.48 %; Ener. z Bł.: 1.31 %; K: 3339.2 mg;

#### W-wa- PIM MSWiA S8 Niskobiałkowa

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szyńka gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 40 g (GLUPSZ, SOJ, MLE,), Jabłko pieczone 150 g , Sałata zielona 20 g , Miód (25g) 1 szt , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa WIM Szaserów w dniu: 2023-11-14

### Oddział: W-WA- PIM MSWiA TRANSPLANTOLOGIA

#### W-wa- PIM MSWiA S8 Niskobiałkowa

Obiad: Solferino (bez mleka)\* 400 ml (GLU PSZ, SEL, \_), Szyńka wieprzowa gotowana 70 g , Sos szpinakowy\* 80 ml (GLU PSZ, \_), Makaron 180 g (GLU PSZ, \_), Dynia z wody 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, \_), Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (SOJ, \_), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Dżem 30 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: E: 2045.32 kcal; B: 77.25 g; T: 40.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.86 g; W: 352.29 g; W tym cukry: 74.95 g; Bł.: 22.09 g; Sól: 7.49 g; WW: 33.04 Por; Ener. z B: 15.11 %; Ener. z W: 64.58 %; Ener. z T: 17.64 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 2677.7 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, \_), Filet z kurczaka gotowany 40 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Solferino (bez mleka)\* 400 ml (GLU PSZ, SEL, \_), Filet z kurczaka gotowany 80 g , Makaron 180 g (GLU PSZ, \_), Dynia z wody 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 ,

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

Wartości odżywcze: E: 1747.05 kcal; B: 91.44 g; T: 36.4 g; Kw. tł. nasy.: 18.47 g; W: 270.99 g; W tym cukry: 47.37 g; Bł.: 21.97 g; Sól: 5.37 g; WW: 24.88 Por; Ener. z B: 20.93 %; Ener. z W: 57.01 %; Ener. z T: 18.75 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 2681.05 mg;

#### W-wa- PIM MSWiA Niskopurynowa

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

Obiad: Pieczarkowa z ziemniakami \* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, \_), Makaron z warzywami i serem żółtym\* 300 g (GLU PSZ, MLE, \_), Surówka z kapusty pekińskiej 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, \_), Masło extra 82% 10 g (MLE, \_), Serek Fromage 100 g (GLU PSZ, MLE, \_), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, \_), Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (SOJ, GOR, \_), Masło extra 82% 5 g (MLE, \_), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2707.4 kcal; B: 77.27 g; T: 104.05 g; Kw. tł. nasy.: 50.16 g; W: 370.1 g; W tym cukry: 59.57 g; Bł.: 24.69 g; Sól: 8.19 g; WW: 34.62 Por; Ener. z B: 11.42 %; Ener. z W: 51.03 %; Ener. z T: 34.59 %; Ener. z Bł.: 1.82 %; K: 2519.66 mg;

#### W-wa- PIM MSWiA Położniczo-ciężowa

Śniadanie: Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE, \_), Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, \_), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, \_), Masło extra 82% 10 g (MLE, \_), Szyńka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, \_), Jabłko pieczone 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: **Kuchnia Warszawa WIM Szaserów w dniu: 2023-11-14**

### Oddział: W-WA- PIM MSWiA TRANSPLANTOLOGIA

#### W-wa- PIM MSWiA Położniczo-ciężowa

II ŚN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, \_), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ, \_), Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

Obiad: Solferino (bez mleka)\* 400 ml (GLU PSZ, SEL, \_), Makaron 180 g (GLU PSZ, \_), Szynka wieprzowa gotowana 80 g , Sos szpinakowy\* 80 ml (GLU PSZ, \_), Dynia z wody 130 g , Buraczki gotowane 130 g , Kompot owocowy z jabłkami\* z/c 300 ml ,

PD: Maślanka 150 ml (MLE, \_), Wafle ryżowe 30 g ,

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, \_), Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, \_), Dżem 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: E: 2724.27 kcal; B: 110.77 g; T: 53.85 g; Kw. tł. nasy.: 24.59 g; W: 460.91 g; W tym cukry: 120.84 g; Bł.: 32.38 g; Sól: 10.6 g; WW: 42.86 Por; Ener. z B: 16.26 %; Ener. z W: 62.92 %; Ener. z T: 17.79 %; Ener. z Bł.: 2.38 %; K: 3804.3 mg;

#### W-wa- PIM MSWiA Wegetariańska

Śniadanie: Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE, \_), Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, \_), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, \_), Masło extra 82% 10 g (MLE, \_), Konserwa sterylizowana sojowa z papryką 50 g (SOJ, GOR, \_), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Pieczarkowa z ziemniakami \* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, \_), Makaron z warzywami i serem żółtym\* 300 g (GLU PSZ, MLE, \_), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 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, \_), Serek Fromage 100 g (GLU PSZ, MLE, \_), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, \_), Masło extra 82% 5 g (MLE, \_), Paszтет sojowy z pomidorami 50 g (SOJ, GOR, \_), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2619.67 kcal; B: 69.49 g; T: 108.06 g; Kw. tł. nasy.: 48.76 g; W: 352.31 g; W tym cukry: 59.16 g; Bł.: 32.4 g; Sól: 9.25 g; WW: 32.07 Por; Ener. z B: 10.61 %; Ener. z W: 48.85 %; Ener. z T: 37.13 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 2584.51 mg;

#### W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa

Śniadanie: Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE, \_), Chleb bezglutenowy 100 g , Masło extra 82% 10 g (MLE, \_), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ, \_), Jabłko pieczone 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Solferino (bez glutenu, mleka)\* 400 ml (SEL, \_), Szynka wieprzowa gotowana 80 g , Sos szpinakowy (bez glutenu)\* 80 ml , Ziemniaki 180 g , Dynia z wody 150 g , Kompot owocowy z jabłkami\* z/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb bezglutenowy 100 g , Masło extra 82% 10 g (MLE, \_), Schab gotowany 50 g , Dżem 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Chleb bezglutenowy 500 g , Masło extra 82% 5 g (MLE, \_), Schab gotowany 30 g , Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 3327.45 kcal; B: 93.71 g; T: 81.65 g; Kw. tł. nasy.: 24.52 g; W: 549.83 g; W tym cukry: 101.7 g; Bł.: 17.02 g; Sól: 2.92 g; WW: 53.23 Por; Ener. z B: 11.26 %; Ener. z W: 64.05 %; Ener. z T: 22.08 %; Ener. z Bł.: 1.02 %; K: 4312.36 mg;

#### W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa bezmleczna

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa WIM Szaserów w dniu: 2023-11-14

### Oddział: W-WA- PIM MSWiA TRANSPLANTOLOGIA

#### 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 , Jajko gotowane kl M 2 szt ( JAJ, ), Jabłko pieczone 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Solferino (bez glutenu, mleka)\* 400 ml ( SEL, ), Szyńka wieprzowa gotowana 80 g , Sos szpinakowy (bez glutenu)\* 80 ml , Ziemniaki 180 g , Dynia z wody 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 , Dżem 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 4 g , Schab gotowany 30 g , Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2045.78 kcal; B: 81.41 g; T: 53.6 g; Kw. tł. nasy.: 13.37 g; W: 311.43 g; W tym cukry: 88.4 g; Bł.: 16.55 g; Sól: 2.65 g; WW: 29.42 Por; Ener. z B: 15.92 %; Ener. z W: 57.65 %; Ener. z T: 23.58 %; Ener. z Bł.: 1.62 %; K: 3894.31 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 , Szyńka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 40 g ( GLUPSZ, SOJ, MLE, ), Jabłko pieczone 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Solferino (bez mleka)\* 400 ml ( GLUPSZ, SEL, ), Szyńka wieprzowa gotowana 80 g , Sos szpinakowy\* 80 ml ( GLUPSZ, ), Makaron 180 g ( GLUPSZ, ), Dynia z wody 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 , Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( SOJ, ), Dżem 80 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 , Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( GLUPSZ, SOJ, ), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2186.16 kcal; B: 85.41 g; T: 41.09 g; Kw. tł. nasy.: 11.29 g; W: 377.35 g; W tym cukry: 90.39 g; Bł.: 22.69 g; Sól: 8.43 g; WW: 35.47 Por; Ener. z B: 15.63 %; Ener. z W: 64.89 %; Ener. z T: 16.92 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 2529.75 mg;

#### W-wa- PIM MSWiA Rozdrobniona/Mielona

Śniadanie: Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( MLE, ), Bułka pszenna długa krojona 100 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 40 g ( GLUPSZ, SOJ, MLE, ), Jabłko pieczone 150 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 puree 180 g ( MLE, ), Dynia z wody 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 Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( SOJ, ), Dżem 80 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

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

Wartości odżywcze: E: 2311.73 kcal; B: 87.45 g; T: 54.14 g; Kw. tł. nasy.: 23.18 g; W: 377.08 g; W tym cukry: 104.34 g; Bł.: 20.92 g; Sól: 8.02 g; WW: 35.68 Por; Ener. z B: 15.13 %; Ener. z W: 61.63 %; Ener. z T: 21.08 %; Ener. z Bł.: 1.81 %; K: 3738.44 mg;

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

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: **Kuchnia Warszawa WIM Szaserów w dniu: 2023-11-14**

### Oddział: **W-WA- PIM MSWiA TRANSPLANTOLOGIA**

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

Śniadanie: Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (MLE,), Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,), Ogórek kiszony 40 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml,

II ŚN: Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE,),

Obiad: Pieczarkowa z ziemniakami \* 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Szyńka wieprzowa gotowana 60 g, Sos szpinakowy\* 80 ml (GLU PSZ,), Makaron 100 g (GLU PSZ,), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g, Kompot owocowy z jabłkami\* z/c 250 ml,

PD: Gruszka 150 g,

Kolacja: Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE,), 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 30 g (SOJ,), Pomidor 40 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml,

PN: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,), Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g, Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ,), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: E: 1466.31 kcal; B: 72.86 g; T: 40.6 g; Kw. tł. nasy.: 16.4 g; W: 209.22 g; W tym cukry: 68.8 g; Bł.: 14.3 g; Sól: 5.19 g; WW: 19.5 Por; Ener. z B: 19.88 %; Ener. z W: 53.17 %; Ener. z T: 24.92 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 2347.96 mg;

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

Śniadanie: Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE,), Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,), Ogórek kiszony 50 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

II ŚN: Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE,),

Obiad: Pieczarkowa z ziemniakami \* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Szyńka wieprzowa gotowana 80 g, Sos szpinakowy\* 80 ml (GLU PSZ,), Makaron 120 g (GLU PSZ,), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g, Kompot owocowy z jabłkami\* z/c 300 ml,

PD: Gruszka 150 g,

Kolacja: 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 40 g (SOJ,), Pomidor 50 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: E: 1661.87 kcal; B: 80.95 g; T: 51.14 g; Kw. tł. nasy.: 23.45 g; W: 227.47 g; W tym cukry: 71.51 g; Bł.: 16.58 g; Sól: 5.89 g; WW: 21.1 Por; Ener. z B: 19.48 %; Ener. z W: 50.76 %; Ener. z T: 27.7 %; Ener. z Bł.: 2 %; K: 2800.84 mg;

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

Śniadanie: Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,), Ogórek kiszony 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

II ŚN: Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE,),



## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa WIM Szaserów w dniu: 2023-11-14

### Oddział: W-WA- PIM MSWiA TRANSPLANTOLOGIA

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

Obiad: Pieczarkowa z ziemniakami \* 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL,), Szyńka wieprzowa gotowana 80 g , Sos szpinakowy\* 80 ml (GLUPSZ,), Makaron 140 g (GLUPSZ,), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g , Kompot owocowy z jabłkami\* z/c 300 ml ,

PD: Gruszka 150 g ,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ,), Pomidor 80 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,), Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLUPSZ, SOJ,), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 1940.77 kcal; B: 93.23 g; T: 57.75 g; Kw. tł. nasy.: 25.53 g; W: 271.31 g; W tym cukry: 77.1 g; Bł.: 19.83 g; Sól: 7.91 g; WW: 25.15 Por; Ener. z B: 19.22 %; Ener. z W: 51.83 %; Ener. z T: 26.78 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 3142.42 mg;

#### W-wa- PIM MSWiA Transplantologia

Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szyńka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 40 g (GLUPSZ, SOJ, MLE,), Jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

II ŚN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Szyńkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g , Cukinia pieczona z olejem \* 50 g ,

Obiad: Solferino (bez mleka)\* 400 ml (GLUPSZ, SEL,), Szyńka wieprzowa gotowana 80 g , Sos szpinakowy\* 80 ml (GLUPSZ,), Makaron 180 g (GLUPSZ,), Dynia z wody 130 g , Kompot owocowy z jabłkami\* b/c 300 ml ,

PD: Maślanka 150 ml (MLE,), Wafle ryżowe 30 g ,

Kolacja: 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 50 g (SOJ,), Mus z jabłek () b/c 80 g , Herbata czarna ekspresowa b/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,),

Wartości odżywcze: E: 2243.31 kcal; B: 98.59 g; T: 53.23 g; Kw. tł. nasy.: 25.2 g; W: 351.53 g; W tym cukry: 43.46 g; Bł.: 26.65 g; Sól: 10.69 g; WW: 32.41 Por; Ener. z B: 17.58 %; Ener. z W: 57.93 %; Ener. z T: 21.36 %; Ener. z Bł.: 2.38 %; K: 2888.61 mg;

#### W-wa- PIM MSWiA Cukrzyca oszczędzająca

Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szyńka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 40 g (GLUPSZ, SOJ, MLE,), Jabłko pieczone 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

II ŚN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Szyńkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g , Pomidor b/skórki 50 g ,

Obiad: Solferino (bez mleka)\* 400 ml (GLUPSZ, SEL,), Szyńka wieprzowa gotowana 80 g , Sos szpinakowy\* 80 ml (GLUPSZ,), Ziemniaki 180 g , Dynia z wody 130 g , Kompot owocowy z jabłkami\* b/c 300 ml ,

PD: Wafle ryżowe 30 g , Maślanka 150 ml (MLE,),

Kolacja: 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 50 g (SOJ,), Mus z jabłek () b/c 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa WIM Szaserów w dniu: 2023-11-14

Oddział: W-WA- PIM MSWiA TRANSPLANTOLOGIA

W-wa- PIM MSWiA Cukrzyca oszczędzająca

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: E: 2117.38 kcal; B: 94.38 g; T: 47.25 g; Kw. tł. nasy.: 24.7 g; W: 339.25 g; W tym cukry: 44.35 g; Bł.: 29.09 g; Sól: 10.96 g; WW: 31.02 Por; Ener. z B: 17.83 %; Ener. z W: 58.59 %; Ener. z T: 20.08 %; Ener. z Bł.: 2.75 %; K: 3850.59 mg;