

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-14 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne
Śniadanie	Płatki pszenne 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) Galaretki drobiowa z udzka kurczaka* 100 g (SEL) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml Sernik 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Galaretki drobiowa z udzka kurczaka* 100 g (SEL) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml Sernik 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Galaretki drobiowa z udzka kurczaka* 100 g (SEL) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Galaretki drobiowa z udzka kurczaka* 100 g (SEL) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml Ciasto drożdżowe b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Galaretki drobiowa z udzka kurczaka* 100 g (SEL) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2)	Płatki pszenne na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Galaretki drobiowa z udzka kurczaka* 100 g (SEL) Papryka świeża 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml Sernik 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE)	Płatki pszenne na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Galaretki drobiowa z udzka kurczaka* 100 g (SEL) Papryka świeża 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml Sernik 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Galaretki drobiowa z udzka kurczaka* 100 g (SEL) Papryka świeża 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml Sernik 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE)	
	II ŚN			Chleb żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Ser żółty 30 g (MLE) Mandarynka 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Mandarynka 1 szt		
Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Mięso drobiowe mielone w sosie wł 80 g (GLU PSZ) Ziemniaki gotowane 180 g Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Sos koperkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 200 ml (GLU PSZ, SEL) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (GLU PSZ, SEL) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 120 g Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (GLU PSZ, SEL) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 140 g Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g Brokuł gotowany* 130 g Wafel Grzesiek 26g 1 szt (GLU PSZ, OZI, SOJ, MLE, ORZ) Banan 150 g
	PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Jabłko 150 g			Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE)		
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) Szynka Ojca Grzegorza wędziona 50 g (SOJ) Chrzan 15 g (MLE, SO2) Salatka jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wędziona 50 g (SOJ) Salatka jarzynowa* dieta 100 g (MLE, SEL) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Mielona Szynka Ojca Grzegorza wędziona 50 g (SOJ) Dżem 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wędziona 50 g (SOJ) Salatka jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chrzan 15 g (MLE, SO2)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wędziona 50 g (SOJ) Salatka jarzynowa* dieta 100 g (MLE, SEL) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wędziona 30 g (SOJ) Salatka jarzynowa* 40 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wędziona 30 g (SOJ) Salatka jarzynowa* 80 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wędziona 50 g (SOJ) Salatka jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 300 ml	
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędziony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Mielona Płat szynkowy - produkt wędziony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ) Salata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędziony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędziony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędziony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ) Salata zielona 10 g		Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędziony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ) Salata zielona 10 g	
	Wartość energetyczna: 2557.80 kcal; Białko ogółem: 117.55 g; Tłuszcz: 82.82 g; Kw. tł. nasy.: 30.70 g; Weglowodany ogółem: 351.09 g; W tym cukry: 60.71 g; Błonnik pok.: 32.60 g; Sól: 10.14 g;	Wartość energetyczna: 2544.00 kcal; Białko ogółem: 123.97 g; Tłuszcz: 75.24 g; Kw. tł. nasy.: 29.76 g; Weglowodany ogółem: 353.27 g; W tym cukry: 60.57 g; Błonnik pok.: 25.38 g; Sól: 9.75 g;	Wartość energetyczna: 2492.17 kcal; Białko ogółem: 97.16 g; Tłuszcz: 63.54 g; Kw. tł. nasy.: 23.34 g; Weglowodany ogółem: 393.49 g; W tym cukry: 88.57 g; Błonnik pok.: 22.98 g; Sól: 8.57 g;	Wartość energetyczna: 2713.88 kcal; Białko ogółem: 129.18 g; Tłuszcz: 91.98 g; Kw. tł. nasy.: 34.64 g; Weglowodany ogółem: 336.81 g; W tym cukry: 61.27 g; Błonnik pok.: 47.76 g; Sól: 10.09 g;	Wartość energetyczna: 2578.91 kcal; Białko ogółem: 117.38 g; Tłuszcz: 73.99 g; Kw. tł. nasy.: 28.39 g; Weglowodany ogółem: 373.55 g; W tym cukry: 61.27 g; Błonnik pok.: 28.36 g; Sól: 10.08 g;	Wartość energetyczna: 1849.60 kcal; Białko ogółem: 100.58 g; Tłuszcz: 65.06 g; Kw. tł. nasy.: 24.33 g; Weglowodany ogółem: 222.94 g; W tym cukry: 66.75 g; Błonnik pok.: 15.64 g; Sól: 5.27 g;	Wartość energetyczna: 1996.18 kcal; Białko ogółem: 101.05 g; Tłuszcz: 76.01 g; Kw. tł. nasy.: 29.58 g; Weglowodany ogółem: 235.77 g; W tym cukry: 70.26 g; Błonnik pok.: 18.03 g; Sól: 5.64 g;	Wartość energetyczna: 2248.23 kcal; Białko ogółem: 111.87 g; Tłuszcz: 81.70 g; Kw. tł. nasy.: 31.22 g; Weglowodany ogółem: 276.81 g; W tym cukry: 75.24 g; Błonnik pok.: 21.63 g; Sól: 7.27 g;	Wartość energetyczna: 1299.66 kcal; Białko ogółem: 91.37 g; Tłuszcz: 60.04 g; Kw. tł. nasy.: 13.92 g; Weglowodany ogółem: 104.39 g; W tym cukry: 34.90 g; Błonnik pok.: 12.32 g; Sól: 2.37 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-14 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasztet Ciechanowski-Pasztecik drobiowy z dodatkami surowców wiewprzowych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawalków mięsa extra- wp z kawalków mięsa wp. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawalków mięsa 40 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) Jabłko pieczone 150 g Salata 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szynka gotowana extra- wp z kawalków mięsa wp. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawalków mięsa 40 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawalków mięsa wp. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawalków mięsa 40 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawalków mięsa wp. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawalków mięsa 40 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawalków mięsa wp. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawalków mięsa 20 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) Ogórek kiszony 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawalków mięsa wp. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawalków mięsa 30 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawalków mięsa wp. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawalków mięsa 40 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
	II ŚN					Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)		
Obiad	Solferino * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych z cytrynowym 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych z cytrynowym 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ, JAJ) Klopsik drobiowy z udźca 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ, JAJ) Dymia z wody 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Klopsik drobiowy z udźca 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ, JAJ) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ, JAJ) Surówka z marchwi z olejem b/c 130 g Kalaifor gotowany* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych z cytrynowym 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 200 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych z cytrynowym 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron 120 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych z cytrynowym 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron 140 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych z cytrynowym 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Klopsik drobiowy z udźca 80 g (GLU PSZ, JAJ) Klopsik drobiowy z udźca 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ, JAJ) Makaron 180 g (GLU PSZ, JAJ) Surówka z marchwi z olejem b/c 130 g Dymia z wody 130 g Banan 150 g Paczek 1 szt (GLU PSZ, JAJ)
	PD					Maślanka 150 ml (MLE) Pomarańcza 150 g	Pomarańcza 150 g		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z makreli wedzonej z warzywami** 100 g (RYB, SEL) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami** 100 g (RYB, SEL) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami** 100 g (RYB, SEL) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z makreli wedzonej z warzywami** 100 g (RYB, SEL) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami** 100 g (RYB, SEL) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami** 40 g (RYB, SEL) Pomidor 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami** 50 g (RYB, SEL) Pomidor 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami** 100 g (RYB, SEL) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Salata zielona 10 g		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Salata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, MLE) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Salata zielona 10 g	
	Wartość energetyczna: 2455.18 kcal; Białko ogółem: 92.96 g; Tłuszcz: 74.40 g; Kw. tł. nasy.: 28.63 g; Węglowodany ogółem: 369.46 g; W tym cukry: 94.63 g; Błonnik pok.: 26.68 g; Sól: 11.18 g;	Wartość energetyczna: 2285.30 kcal; Białko ogółem: 91.05 g; Tłuszcz: 47.47 g; Kw. tł. nasy.: 22.19 g; Węglowodany ogółem: 388.53 g; W tym cukry: 108.39 g; Błonnik pok.: 24.39 g; Sól: 8.10 g;	Wartość energetyczna: 2317.88 kcal; Białko ogółem: 98.31 g; Tłuszcz: 54.72 g; Kw. tł. nasy.: 21.46 g; Węglowodany ogółem: 365.96 g; W tym cukry: 68.47 g; Błonnik pok.: 22.09 g; Sól: 7.19 g;	Wartość energetyczna: 2337.29 kcal; Białko ogółem: 98.48 g; Tłuszcz: 83.56 g; Kw. tł. nasy.: 25.11 g; Węglowodany ogółem: 317.39 g; W tym cukry: 109.49 g; Błonnik pok.: 49.36 g; Sól: 11.09 g;	Wartość energetyczna: 2304.65 kcal; Białko ogółem: 93.83 g; Tłuszcz: 47.67 g; Kw. tł. nasy.: 22.16 g; Węglowodany ogółem: 389.78 g; W tym cukry: 109.49 g; Błonnik pok.: 22.86 g; Sól: 7.44 g;	Wartość energetyczna: 1515.93 kcal; Białko ogółem: 64.33 g; Tłuszcz: 32.96 g; Kw. tł. nasy.: 14.11 g; Węglowodany ogółem: 251.06 g; W tym cukry: 116.96 g; Błonnik pok.: 12.84 g; Sól: 4.21 g;	Wartość energetyczna: 1641.45 kcal; Białko ogółem: 67.50 g; Tłuszcz: 41.43 g; Kw. tł. nasy.: 20.46 g; Węglowodany ogółem: 261.38 g; W tym cukry: 111.21 g; Błonnik pok.: 15.25 g; Sól: 4.91 g;	Wartość energetyczna: 1937.72 kcal; Białko ogółem: 84.99 g; Tłuszcz: 47.64 g; Kw. tł. nasy.: 21.97 g; Węglowodany ogółem: 304.90 g; W tym cukry: 117.82 g; Błonnik pok.: 17.84 g; Sól: 6.48 g;	Wartość energetyczna: 1316.63 kcal; Białko ogółem: 53.74 g; Tłuszcz: 42.71 g; Kw. tł. nasy.: 10.70 g; Węglowodany ogółem: 184.04 g; W tym cukry: 61.26 g; Błonnik pok.: 14.14 g; Sól: 2.05 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-14 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLUPSZ, SOJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLUPSZ, SOJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Mielona Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 50 g (GLU, PSZ, SOJ.) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLUPSZ, SOJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLUPSZ, SOJ.) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU, PSZ, SOJ.) Pomidor 40 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 130 ml (MLE, GLU, OW.)	Płatki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU, PSZ, SOJ.) Pomidor 50 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU, PSZ, SOJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
II / SN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Słupki z marchewki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Słupki z marchewki 50 g		
Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami* 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 130 g (GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 130 g (GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami* 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 130 g (GOR.) Cukinia pieczona z olejem* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 200 ml (GLU, PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 60 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 50 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 100 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 50 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 120 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 140 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 130 g (GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 130 g (GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU, PSZ, JAJ.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 130 g (GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)				Jabłko 150 g		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU, PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE) Papryka świeża 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 70 g (MLE) Papryka świeża 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw oslonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Mielona Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw oslonce niejadalnej 30 g (SOJ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw oslonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw oslonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g			Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw oslonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g		
	Wartość energetyczna: 2362.21 kcal; Białko ogółem: 92.06 g; Tłuszcz: 73.99 g; Kw. tł. nasy.: 33.13 g; Węglowodany ogółem: 349.13 g; W tym cukry: 59.89 g; Błonnik pok.: 33.07 g; Sól: 10.63 g;	Wartość energetyczna: 2235.32 kcal; Białko ogółem: 91.57 g; Tłuszcz: 49.96 g; Kw. tł. nasy.: 24.69 g; Węglowodany ogółem: 368.00 g; W tym cukry: 87.27 g; Błonnik pok.: 22.60 g; Sól: 7.61 g;	Wartość energetyczna: 2269.08 kcal; Białko ogółem: 96.70 g; Tłuszcz: 50.86 g; Kw. tł. nasy.: 24.93 g; Węglowodany ogółem: 368.26 g; W tym cukry: 87.27 g; Błonnik pok.: 19.46 g; Sól: 6.83 g;	Wartość energetyczna: 2293.12 kcal; Białko ogółem: 108.46 g; Tłuszcz: 69.31 g; Kw. tł. nasy.: 26.01 g; Węglowodany ogółem: 329.34 g; W tym cukry: 36.15 g; Błonnik pok.: 47.32 g; Sól: 9.42 g;	Wartość energetyczna: 2234.67 kcal; Białko ogółem: 91.54 g; Tłuszcz: 49.96 g; Kw. tł. nasy.: 24.69 g; Węglowodany ogółem: 367.85 g; W tym cukry: 86.02 g; Błonnik pok.: 22.56 g; Sól: 7.60 g;	Wartość energetyczna: 1566.35 kcal; Białko ogółem: 69.82 g; Tłuszcz: 46.30 g; Kw. tł. nasy.: 20.99 g; Węglowodany ogółem: 225.51 g; W tym cukry: 67.92 g; Błonnik pok.: 16.56 g; Sól: 5.40 g;	Wartość energetyczna: 1796.90 kcal; Białko ogółem: 79.37 g; Tłuszcz: 56.82 g; Kw. tł. nasy.: 26.94 g; Węglowodany ogółem: 251.18 g; W tym cukry: 72.49 g; Błonnik pok.: 19.03 g; Sól: 5.98 g;	Wartość energetyczna: 2067.92 kcal; Białko ogółem: 91.73 g; Tłuszcz: 62.66 g; Kw. tł. nasy.: 29.09 g; Węglowodany ogółem: 295.17 g; W tym cukry: 80.91 g; Błonnik pok.: 23.06 g; Sól: 7.30 g;	Wartość energetyczna: 733.17 kcal; Białko ogółem: 41.54 g; Tłuszcz: 21.15 g; Kw. tł. nasy.: 3.73 g; Węglowodany ogółem: 105.82 g; W tym cukry: 26.97 g; Błonnik pok.: 8.86 g; Sól: 3.29 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-14 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Jablko pieczone 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Jablko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Jablko pieczone 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 20 g (SOJ) Ogórek kiszony 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ) Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
II ŚN						Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (MLE)			
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL, GLU, ZYT.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL) Sos pomidorowy 80 ml (GLU, PSZ) Surówka z selerą i marchwi z olejem b/c 130 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU, PSZ, SEL, GLU, ZYT.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL) Sos pomidorowy 80 ml (GLU, PSZ) Kukinia pieczona z olejem * 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU, PSZ, SEL, GLU, ZYT.) Mieso wieprzowe mielone w sosie w/ 80 g (GLU, PSZ) Sos pomidorowy 180 g Kukinia pieczona z olejem * 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL, GLU, ZYT.) Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL) Sos pomidorowy 80 ml (GLU, PSZ) Surówka z selerą i marchwi z olejem b/c 130 g (SEL) Kukinia pieczona z olejem * 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU, PSZ, SEL, GLU, ZYT.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL) Sos pomidorowy 80 ml (GLU, PSZ) Kukinia pieczona z olejem * 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 200 ml (GLU, PSZ, SEL, GLU, ZYT.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL) Sos pomidorowy 80 ml (GLU, PSZ) Surówka z selerą i marchwi z olejem b/c 100 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU, PSZ, SEL, GLU, ZYT.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL) Sos pomidorowy 80 ml (GLU, PSZ) Surówka z selerą i marchwi z olejem b/c 100 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU, PSZ, SEL, GLU, ZYT.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL) Sos pomidorowy 80 ml (GLU, PSZ) Surówka z selerą i marchwi z olejem b/c 130 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL) Surówka z selerą i marchwi z olejem b/c 130 g (SEL) Jablko 150 g Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SO2,)
PD						Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek 50 g (MLE) Pomidor 50 g			
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Dżem 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU, PSZ, MLE, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Pomidor 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU, PSZ, SOJ.) Salata zielona 10 g		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU, PSZ, SOJ.) Salata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU, PSZ, SOJ.) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU, PSZ, SOJ.) Salata zielona 10 g	Masło extra 82% 5 g (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU, PSZ, SOJ.) Salata zielona 10 g			Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU, PSZ, SOJ.) Salata zielona 10 g
	Wartość energetyczna: 2175.78 kcal; Białko ogółem: 79.72 g; Tłuszcz: 58.56 g; Kw. tł. nasy.: 23.46 g; Węglowodany ogółem: 349.89 g; W tym cukry: 63.09 g; Błonnik pok.: 36.10 g; Sól: 10.61 g;	Wartość energetyczna: 2230.17 kcal; Białko ogółem: 79.49 g; Tłuszcz: 57.26 g; Kw. tł. nasy.: 22.55 g; Węglowodany ogółem: 361.87 g; W tym cukry: 73.10 g; Błonnik pok.: 26.08 g; Sól: 9.13 g;	Wartość energetyczna: 2347.25 kcal; Białko ogółem: 86.61 g; Tłuszcz: 59.26 g; Kw. tł. nasy.: 23.00 g; Węglowodany ogółem: 377.20 g; W tym cukry: 98.56 g; Błonnik pok.: 19.34 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 2168.29 kcal; Białko ogółem: 82.33 g; Tłuszcz: 67.64 g; Kw. tł. nasy.: 21.32 g; Węglowodany ogółem: 329.72 g; W tym cukry: 43.25 g; Błonnik pok.: 56.74 g; Sól: 10.04 g;	Wartość energetyczna: 2249.52 kcal; Białko ogółem: 82.27 g; Tłuszcz: 57.46 g; Kw. tł. nasy.: 22.52 g; Węglowodany ogółem: 363.12 g; W tym cukry: 74.20 g; Błonnik pok.: 24.55 g; Sól: 8.47 g;	Wartość energetyczna: 1693.05 kcal; Białko ogółem: 74.06 g; Tłuszcz: 52.21 g; Kw. tł. nasy.: 21.63 g; Węglowodany ogółem: 241.74 g; W tym cukry: 65.34 g; Błonnik pok.: 19.63 g; Sól: 5.30 g;	Wartość energetyczna: 1772.69 kcal; Białko ogółem: 73.40 g; Tłuszcz: 59.07 g; Kw. tł. nasy.: 26.19 g; Węglowodany ogółem: 247.40 g; W tym cukry: 67.37 g; Błonnik pok.: 20.69 g; Sól: 5.81 g;	Wartość energetyczna: 1936.15 kcal; Białko ogółem: 80.82 g; Tłuszcz: 62.08 g; Kw. tł. nasy.: 26.51 g; Węglowodany ogółem: 276.37 g; W tym cukry: 69.66 g; Błonnik pok.: 24.61 g; Sól: 7.96 g;	Wartość energetyczna: 840.87 kcal; Białko ogółem: 30.56 g; Tłuszcz: 29.35 g; Kw. tł. nasy.: 5.06 g; Węglowodany ogółem: 120.90 g; W tym cukry: 24.61 g; Błonnik pok.: 17.18 g; Sól: 1.24 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-14 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne
Shiadańskie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszaný pszenno-żytni 60 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Mielona Szyńska Konserwowa wiewprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wiewprzowego, parzony 40 g (<u>SOJ</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szyńska Konserwowa wiewprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wiewprzowego, parzony 40 g (<u>SOJ</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 150 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 200 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
II / SN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Pasta z groszku zielonego b/ml 50 g Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Pomarańcza 150 g		
Obiad	Dyniowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Dyniowa z makaronem pełnoziarnistym* (bez mleka) 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 200 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 50 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane 100 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 300 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 50 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane 120 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Pomarańcza 150 g Pączek 1 szt (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>)
PD				Pomarańcza 150 g Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)			Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)		
Kolacja	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Pomarańcza 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek prażonych 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek prażonych 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek prażonych 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
PN	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szyńska dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g		Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Mielona Szyńska dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szyńska dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szyńska dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g		Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szyńska dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 30 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szyńska dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	
	Wartość energetyczna: 2271.64 kcal; Białko ogółem: 100.95 g; Tłuszcz: 59.25 g; Kw. tł. nasy.: 24.80 g; Węglowodany ogółem: 348.48 g; W tym cukry: 77.48 g; Błonnik pok.: 33.77 g; Sól: 8.27 g;	Wartość energetyczna: 2296.66 kcal; Białko ogółem: 104.89 g; Tłuszcz: 57.80 g; Kw. tł. nasy.: 24.57 g; Węglowodany ogółem: 351.32 g; W tym cukry: 79.32 g; Błonnik pok.: 22.76 g; Sól: 7.80 g;	Wartość energetyczna: 2213.06 kcal; Białko ogółem: 100.11 g; Tłuszcz: 49.20 g; Kw. tł. nasy.: 21.50 g; Węglowodany ogółem: 353.78 g; W tym cukry: 49.90 g; Błonnik pok.: 19.71 g; Sól: 7.48 g;	Wartość energetyczna: 2160.89 kcal; Białko ogółem: 105.77 g; Tłuszcz: 65.09 g; Kw. tł. nasy.: 23.73 g; Węglowodany ogółem: 310.47 g; W tym cukry: 49.90 g; Błonnik pok.: 47.86 g; Sól: 8.32 g;	Wartość energetyczna: 2201.70 kcal; Białko ogółem: 98.07 g; Tłuszcz: 49.10 g; Kw. tł. nasy.: 21.55 g; Węglowodany ogółem: 353.94 g; W tym cukry: 80.12 g; Błonnik pok.: 21.97 g; Sól: 8.13 g;	Wartość energetyczna: 1528.12 kcal; Białko ogółem: 71.04 g; Tłuszcz: 41.31 g; Kw. tł. nasy.: 18.06 g; Węglowodany ogółem: 225.50 g; W tym cukry: 92.05 g; Błonnik pok.: 16.23 g; Sól: 3.76 g;	Wartość energetyczna: 1671.37 kcal; Białko ogółem: 76.62 g; Tłuszcz: 49.91 g; Kw. tł. nasy.: 23.68 g; Węglowodany ogółem: 237.08 g; W tym cukry: 96.66 g; Błonnik pok.: 18.10 g; Sól: 4.02 g;	Wartość energetyczna: 2105.07 kcal; Białko ogółem: 99.49 g; Tłuszcz: 60.11 g; Kw. tł. nasy.: 26.64 g; Węglowodany ogółem: 302.59 g; W tym cukry: 105.58 g; Błonnik pok.: 25.12 g; Sól: 5.91 g;	Wartość energetyczna: 946.42 kcal; Białko ogółem: 53.45 g; Tłuszcz: 28.54 g; Kw. tł. nasy.: 7.09 g; Węglowodany ogółem: 124.30 g; W tym cukry: 39.53 g; Błonnik pok.: 11.64 g; Sól: 2.01 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-14 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne	
2024-04-06 sobota	Śniadanie	Ryż 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) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Jablko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Ryż na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 20 g (SOJ) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Pomidor 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.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Jablko 150 g		
2024-04-06 sobota	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ.) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ.) Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ) Kasza bulgur 180 g (GLU PSZ) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ.) Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 200 ml (GLU PSZ, SEL) Gulasz wieprzowy- dieta 100 g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (GLU JEJCZ.) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, SEL) Gulasz wieprzowy- dieta 120 g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 140 g (GLU JEJCZ.) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, SEL) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ.) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ.) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 130 g Sok jablkowy 100 % 0,2l 1 szt (Drożdżówka różne 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE))	
		PD			Jablko 150 g Maślanka 150 ml (MLE)			Galaretka o smaku truskawkowym z owocami 200 g		
2024-04-06 sobota	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) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Rzodkiew biała 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Rzodkiew biała 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml		
		PN	Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jablko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE)		Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE)	
		Wartość energetyczna: 2389.03 kcal; Białko ogółem: 96.17 g; Tłuszcz: 66.85 g; Kw. tł. nasy.: 24.42 g; Węglowodany ogółem: 366.43 g; W tym cukry: 61.93 g; Błonnik pok.: 33.90 g; Sól: 9.79 g;	Wartość energetyczna: 2316.56 kcal; Białko ogółem: 87.86 g; Tłuszcz: 57.45 g; Kw. tł. nasy.: 23.69 g; Węglowodany ogółem: 373.13 g; W tym cukry: 81.72 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2149.86 kcal; Białko ogółem: 88.63 g; Tłuszcz: 54.82 g; Kw. tł. nasy.: 23.17 g; Węglowodany ogółem: 336.26 g; W tym cukry: 43.13 g; Błonnik pok.: 20.91 g; Sól: 6.08 g;	Wartość energetyczna: 2335.90 kcal; Białko ogółem: 91.41 g; Tłuszcz: 57.65 g; Kw. tł. nasy.: 23.66 g; Węglowodany ogółem: 374.38 g; W tym cukry: 62.82 g; Błonnik pok.: 25.01 g; Sól: 7.18 g;	Wartość energetyczna: 1627.97 kcal; Białko ogółem: 66.47 g; Tłuszcz: 42.82 g; Kw. tł. nasy.: 15.36 g; Węglowodany ogółem: 251.35 g; W tym cukry: 66.23 g; Błonnik pok.: 17.11 g; Sól: 4.69 g;	Wartość energetyczna: 1878.50 kcal; Białko ogółem: 73.28 g; Tłuszcz: 55.09 g; Kw. tł. nasy.: 21.15 g; Węglowodany ogółem: 281.07 g; W tym cukry: 76.77 g; Błonnik pok.: 20.03 g; Sól: 5.40 g;	Wartość energetyczna: 2173.05 kcal; Białko ogółem: 89.21 g; Tłuszcz: 63.40 g; Kw. tł. nasy.: 23.81 g; Węglowodany ogółem: 321.68 g; W tym cukry: 83.78 g; Błonnik pok.: 23.22 g; Sól: 6.91 g;	Wartość energetyczna: 1364.02 kcal; Białko ogółem: 66.58 g; Tłuszcz: 49.43 g; Kw. tł. nasy.: 12.82 g; Węglowodany ogółem: 167.46 g; W tym cukry: 20.65 g; Błonnik pok.: 5.73 g; Sól: 3.54 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-14 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 40 g Banana 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 40 g Banana 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 40 g Banana 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 40 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 40 g Banana 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 150 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ, ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 20 g Papryka świeża 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 30 g Papryka świeża 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 40 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
II/ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Baton szynkowy z kurczak 30 g (może zawierać: GLU, PSZ, MLE, GOR.) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Banana 150 g		
Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Surówka Coleslaw (bez mleka) 130 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Pulpet drobiowy 80 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Ziemniaki gotowane 180 g Surówka Coleslaw (bez mleka) 130 g (JAJ, GOR.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 60 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Surówka Coleslaw (bez mleka) 130 g (JAJ, GOR.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 60 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami z/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 200 ml (GLU, PSZ, SEL.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 100 g Surówka Coleslaw (bez mleka) 100 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (GLU, PSZ, SEL.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 120 g Surówka Coleslaw (bez mleka) 100 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (GLU, PSZ, SEL.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 140 g Surówka Coleslaw (bez mleka) 130 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Surówka Coleslaw (bez mleka) 130 g (JAJ, GOR.) Wafel Grzesiek 26g 1 szt (GLU, PSZ, OZI, SOJ, MLE, ORZ.) Banana 150 g
PD				Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (MLE) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)			Koktajl truskawkowy* 200 ml (MLE)		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU, PSZ, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarogek 100 g (MLE) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (MLE) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU, PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ, ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (MLE) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
PN	Chałka 50 g (GLU, PSZ, JAJ.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chałka 50 g (GLU, PSZ, JAJ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska-wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chałka 50 g (GLU, PSZ, JAJ.)			
	Wartość energetyczna: 2537.05 kcal; Białko ogółem: 119.00 g; Tłuszcz: 75.87 g; Kw. tł. nasy.: 28.61 g; Węglowodany ogółem: 360.47 g; W tym cukry: 93.85 g; Błonnik pok.: 28.95 g; Sól: 7.79 g;	Wartość energetyczna: 2582.93 kcal; Białko ogółem: 120.55 g; Tłuszcz: 75.03 g; Kw. tł. nasy.: 28.52 g; Węglowodany ogółem: 370.37 g; W tym cukry: 92.79 g; Błonnik pok.: 25.31 g; Sól: 7.86 g;	Wartość energetyczna: 2373.13 kcal; Białko ogółem: 95.86 g; Tłuszcz: 55.81 g; Kw. tł. nasy.: 22.16 g; Węglowodany ogółem: 384.04 g; W tym cukry: 95.41 g; Błonnik pok.: 23.07 g; Sól: 6.14 g;	Wartość energetyczna: 2326.13 kcal; Białko ogółem: 124.93 g; Tłuszcz: 82.11 g; Kw. tł. nasy.: 30.13 g; Węglowodany ogółem: 293.86 g; W tym cukry: 44.65 g; Błonnik pok.: 44.46 g; Sól: 10.32 g;	Wartość energetyczna: 2560.69 kcal; Białko ogółem: 117.34 g; Tłuszcz: 71.33 g; Kw. tł. nasy.: 27.32 g; Węglowodany ogółem: 377.00 g; W tym cukry: 94.59 g; Błonnik pok.: 25.60 g; Sól: 7.17 g;	Wartość energetyczna: 1881.64 kcal; Białko ogółem: 95.79 g; Tłuszcz: 60.34 g; Kw. tł. nasy.: 21.78 g; Węglowodany ogółem: 247.76 g; W tym cukry: 106.33 g; Błonnik pok.: 15.18 g; Sól: 3.61 g;	Wartość energetyczna: 2019.40 kcal; Białko ogółem: 102.53 g; Tłuszcz: 70.02 g; Kw. tł. nasy.: 27.52 g; Węglowodany ogółem: 254.82 g; W tym cukry: 108.00 g; Błonnik pok.: 16.49 g; Sól: 4.12 g;	Wartość energetyczna: 2300.05 kcal; Białko ogółem: 116.60 g; Tłuszcz: 76.16 g; Kw. tł. nasy.: 29.55 g; Węglowodany ogółem: 299.21 g; W tym cukry: 117.35 g; Błonnik pok.: 20.14 g; Sól: 5.12 g;	Wartość energetyczna: 1303.96 kcal; Białko ogółem: 87.99 g; Tłuszcz: 62.81 g; Kw. tł. nasy.: 14.05 g; Węglowodany ogółem: 101.51 g; W tym cukry: 35.59 g; Błonnik pok.: 9.40 g; Sól: 2.20 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-14 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne
Śniadanie	Kasza jaglana 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) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor 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.) Hummus z ciecierzycy 50 g Słupki z marchewki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Hummus z ciecierzycy 30 g Słupki z marchewki 50 g		
Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Naleśniki z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Mus z jabłek prażonych 80 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko 180 g Mieszko drobiowe mielone w sosie w/ 80 g (GLU PSZ) Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 130 g Szpinaż gotowany z olejem* 60 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Naleśniki z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Mus z jabłek prażonych 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Naleśniki z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Mus z jabłek prażonych 80 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 130 g Drożdżówka różna 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE) Jabłko 150 g	
PD			Masłanka 150 ml (MLE) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.)			Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt			
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) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców w/wieprzowych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udzca* 100 g (SEL) Dyńia z wody 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udzca* 100 g (SEL) Dyńia z wody 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udzca* 100 g (SEL) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udzca* 100 g (SEL) Dyńia z wody 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Ogórek kiszony 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser żółty 40 g (MLE) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser żółty 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR) Papryka świeża 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR) Papryka świeża 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR) Papryka świeża 50 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR) Papryka świeża 50 g	
	Wartość energetyczna: 2565.50 kcal; Białko ogółem: 98.68 g; Tłuszcz: 66.32 g; Kw. tł. nasy.: 26.61 g; Węglowodany ogółem: 407.23 g; W tym cukry: 111.09 g; Błonnik pok.: 28.64 g; Sól: 10.34 g;	Wartość energetyczna: 2324.61 kcal; Białko ogółem: 74.27 g; Tłuszcz: 48.65 g; Kw. tł. nasy.: 21.34 g; Węglowodany ogółem: 410.40 g; W tym cukry: 130.93 g; Błonnik pok.: 23.74 g; Sól: 8.21 g;	Wartość energetyczna: 2359.65 kcal; Białko ogółem: 92.73 g; Tłuszcz: 60.97 g; Kw. tł. nasy.: 21.95 g; Węglowodany ogółem: 368.69 g; W tym cukry: 91.78 g; Błonnik pok.: 21.85 g; Sól: 7.22 g;	Wartość energetyczna: 2283.24 kcal; Białko ogółem: 94.49 g; Tłuszcz: 67.54 g; Kw. tł. nasy.: 20.42 g; Węglowodany ogółem: 342.59 g; W tym cukry: 39.18 g; Błonnik pok.: 54.34 g; Sól: 9.81 g;	Wartość energetyczna: 2344.61 kcal; Białko ogółem: 77.07 g; Tłuszcz: 48.85 g; Kw. tł. nasy.: 21.31 g; Węglowodany ogółem: 411.80 g; W tym cukry: 132.13 g; Błonnik pok.: 22.24 g; Sól: 7.56 g;	Wartość energetyczna: 2066.62 kcal; Białko ogółem: 84.49 g; Tłuszcz: 61.08 g; Kw. tł. nasy.: 26.25 g; Węglowodany ogółem: 301.59 g; W tym cukry: 114.26 g; Błonnik pok.: 14.08 g; Sól: 5.09 g;	Wartość energetyczna: 2216.17 kcal; Białko ogółem: 85.78 g; Tłuszcz: 71.08 g; Kw. tł. nasy.: 32.79 g; Węglowodany ogółem: 316.33 g; W tym cukry: 126.30 g; Błonnik pok.: 15.68 g; Sól: 5.62 g;	Wartość energetyczna: 2440.12 kcal; Białko ogółem: 95.55 g; Tłuszcz: 77.02 g; Kw. tł. nasy.: 36.14 g; Węglowodany ogółem: 350.36 g; W tym cukry: 130.98 g; Błonnik pok.: 18.38 g; Sól: 7.63 g;	Wartość energetyczna: 1230.47 kcal; Białko ogółem: 48.14 g; Tłuszcz: 36.15 g; Kw. tł. nasy.: 7.39 g; Węglowodany ogółem: 184.80 g; W tym cukry: 20.81 g; Błonnik pok.: 10.21 g; Sól: 1.89 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-14 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szyunka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyunka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 150 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 200 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Banan 150 g		
Obiad	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z kurczaka pieczony 80 g (GLU PSZ, MLE) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka wykwinna z olejem b/c 130 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z kurczaka pieczony 80 g (GLU PSZ, MLE) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z kurczaka pieczony 80 g (GLU PSZ, MLE) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka wykwinna z olejem b/c 130 g (JAJ, GOR.) Kalafor gotowany* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Filet z kurczaka pieczony 80 g (GLU PSZ, MLE) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z kurczaka pieczony 50 g (GLU PSZ, MLE) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z kurczaka pieczony 80 g (GLU PSZ, MLE) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 120 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z kurczaka pieczony 80 g (GLU PSZ, MLE) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka wykwinna z olejem b/c 130 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Filet z kurczaka gotowany 80 g Filet z kurczaka gotowany 80 g Ziemniaki gotowane 180 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana z olejem* 130 g Paczek 1 szt (GLU PSZ, JAJ.) Jabłko 150 g
PD			Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)				Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE)		
Kolejnia	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) Szyunka dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyunka dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szyunka dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyunka dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyunka dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyunka dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyunka dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyunka dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Salata 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) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Salata zielona 10 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Salata zielona 10 g		
	Wartość energetyczna: 2151.76 kcal; Białko ogółem: 95.46 g; Tłuszcz: 59.11 g; Kw. tł. nasy.: 23.25 g; Węglowodany ogółem: 325.22 g; W tym cukry: 60.40 g; Błonnik pok.: 32.32 g; Sól: 9.49 g;	Wartość energetyczna: 2159.65 kcal; Białko ogółem: 94.67 g; Tłuszcz: 51.11 g; Kw. tł. nasy.: 22.67 g; Węglowodany ogółem: 343.40 g; W tym cukry: 72.00 g; Błonnik pok.: 27.72 g; Sól: 9.62 g;	Wartość energetyczna: 2140.45 kcal; Białko ogółem: 86.25 g; Tłuszcz: 49.71 g; Kw. tł. nasy.: 20.75 g; Węglowodany ogółem: 348.27 g; W tym cukry: 74.33 g; Błonnik pok.: 23.11 g; Sól: 8.60 g;	Wartość energetyczna: 2119.55 kcal; Białko ogółem: 103.33 g; Tłuszcz: 64.89 g; Kw. tł. nasy.: 23.43 g; Węglowodany ogółem: 299.26 g; W tym cukry: 27.72 g; Błonnik pok.: 42.37 g; Sól: 10.54 g;	Wartość energetyczna: 2093.08 kcal; Białko ogółem: 92.02 g; Tłuszcz: 44.11 g; Kw. tł. nasy.: 19.64 g; Węglowodany ogółem: 344.05 g; W tym cukry: 73.10 g; Błonnik pok.: 26.18 g; Sól: 9.43 g;	Wartość energetyczna: 1470.95 kcal; Białko ogółem: 67.97 g; Tłuszcz: 40.70 g; Kw. tł. nasy.: 16.56 g; Węglowodany ogółem: 216.32 g; W tym cukry: 87.25 g; Błonnik pok.: 15.84 g; Sól: 4.98 g;	Wartość energetyczna: 1551.05 kcal; Białko ogółem: 66.37 g; Tłuszcz: 47.50 g; Kw. tł. nasy.: 21.09 g; Węglowodany ogółem: 223.63 g; W tym cukry: 89.74 g; Błonnik pok.: 17.56 g; Sól: 5.16 g;	Wartość energetyczna: 1958.13 kcal; Białko ogółem: 89.90 g; Tłuszcz: 59.15 g; Kw. tł. nasy.: 24.19 g; Węglowodany ogółem: 278.52 g; W tym cukry: 96.89 g; Błonnik pok.: 23.81 g; Sól: 6.83 g;	Wartość energetyczna: 902.00 kcal; Białko ogółem: 61.59 g; Tłuszcz: 20.31 g; Kw. tł. nasy.: 7.07 g; Węglowodany ogółem: 124.22 g; W tym cukry: 41.08 g; Błonnik pok.: 12.06 g; Sól: 1.72 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-14 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'a homogenizowany z ziołami 80 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'a homogenizowany z ziołami 80 g (MLE) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	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'a homogenizowany z ziołami 80 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'a homogenizowany z ziołami 80 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	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'a homogenizowany z ziołami 80 g (MLE) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 150 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Serek a'a homogenizowany 50 g (MLE) Pomidor 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'a homogenizowany 50 g (MLE) Pomidor 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	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'a homogenizowany z ziołami 80 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
II/ SN				Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) 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			Pomarańcza 150 g		
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, JECZ.) Cukinia gotowana z pomidorami* 130 g Kompot owocowy z jabkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (GLU, PSZ, JAJ.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU, JECZ.) Cukinia gotowana z pomidorami* 130 g Kompot owocowy z jabkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (GLU, PSZ, JAJ.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU, JECZ.) Cukinia gotowana z pomidorami* 60 g Surówka z marchwi z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabkami* b/c 300 ml	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, JECZ.) Cukinia gotowana z pomidorami* 130 g Kompot owocowy z jabkami* z/c 300 ml	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, JECZ.) Cukinia gotowana z pomidorami* 130 g Kompot owocowy z jabkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 200 ml (GLU, PSZ, SEL.) Pieczeń rzymska drobiowa 50 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 120 g (GLU, JECZ.) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabkami* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszonej * 300 ml (GLU, PSZ, SEL, GOR.) Pieczeń rzymska drobiowa 60 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 120 g (GLU, JECZ.) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabkami* z/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty kiszonej * 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, JECZ.) Surówka z marchwi z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabkami* z/c 300 ml	Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (GLU, PSZ, JAJ.) Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU, JECZ.) Surówka z marchwi z olejem b/c 130 g Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SOJ.)
PD				Masłanka 150 ml (MLE) Pomarańcza 150 g			Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE)		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) Galaretki o smaku truskawkowym z owocami 200 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 50 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE) Galaretki o smaku truskawkowym z owocami 200 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) Galaretki o smaku truskawkowym z owocami 200 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU, PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 40 g (może zawierać: GLU, PSZ, MLE, GOR.) Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 40 g (może zawierać: GLU, PSZ, MLE, GOR.) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU, PSZ, MLE, GOR.) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Salata zielona 10 g	Masło extra 82% 5 g (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Salata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Salata zielona 10 g		
	Wartość energetyczna: 2326.55 kcal; Białko ogółem: 93.01 g; Tłuszcz: 59.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.61 g; Węglowodany ogółem: 371.80 g; W tym cukry: 65.26 g; Błonnik pok.: 36.19 g; Sól: 9.91 g;	Wartość energetyczna: 2548.11 kcal; Białko ogółem: 94.74 g; Tłuszcz: 52.37 g; Kw. tł. nasy.: 22.80 g; Węglowodany ogółem: 435.69 g; W tym cukry: 86.83 g; Błonnik pok.: 26.66 g; Sól: 8.11 g;	Wartość energetyczna: 2520.28 kcal; Białko ogółem: 97.69 g; Tłuszcz: 54.60 g; Kw. tł. nasy.: 23.37 g; Węglowodany ogółem: 417.94 g; W tym cukry: 86.51 g; Błonnik pok.: 19.72 g; Sól: 7.58 g;	Wartość energetyczna: 2220.99 kcal; Białko ogółem: 101.02 g; Tłuszcz: 61.86 g; Kw. tł. nasy.: 22.13 g; Węglowodany ogółem: 339.74 g; W tym cukry: 49.93 g; Błonnik pok.: 49.92 g; Sól: 10.23 g;	Wartość energetyczna: 2568.11 kcal; Białko ogółem: 97.54 g; Tłuszcz: 52.57 g; Kw. tł. nasy.: 22.77 g; Węglowodany ogółem: 437.09 g; W tym cukry: 88.03 g; Błonnik pok.: 25.16 g; Sól: 7.46 g;	Wartość energetyczna: 1487.89 kcal; Białko ogółem: 67.22 g; Tłuszcz: 40.25 g; Kw. tł. nasy.: 16.02 g; Węglowodany ogółem: 223.07 g; W tym cukry: 71.85 g; Błonnik pok.: 17.72 g; Sól: 5.24 g;	Wartość energetyczna: 1621.64 kcal; Białko ogółem: 67.57 g; Tłuszcz: 53.81 g; Kw. tł. nasy.: 22.28 g; Węglowodany ogółem: 226.86 g; W tym cukry: 75.66 g; Błonnik pok.: 19.99 g; Sól: 5.88 g;	Wartość energetyczna: 1936.34 kcal; Białko ogółem: 84.52 g; Tłuszcz: 61.62 g; Kw. tł. nasy.: 24.76 g; Węglowodany ogółem: 272.68 g; W tym cukry: 81.96 g; Błonnik pok.: 24.31 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 1011.00 kcal; Białko ogółem: 50.09 g; Tłuszcz: 26.13 g; Kw. tł. nasy.: 5.12 g; Węglowodany ogółem: 149.60 g; Błonnik pok.: 20.68 g; Sól: 2.29 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-14 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne		
2024-04-11 czwartek	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) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml		
					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Słupki z marchewki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Banan 150 g				
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Sos boloński z mięsa w pieprz top* 150 g (GLU PSZ, SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ) Surówka z rzodkwi i jabłka z olejem (l) b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Sos boloński z mięsa w pieprz top* 150 g (GLU PSZ, SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Sos boloński z mięsa w pieprz top* 150 g (GLU PSZ, SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Sos boloński z mięsa w pieprz top* 150 g (GLU PSZ, SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (l) b/c 130 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ) Makaron 180 g (GLU PSZ, SEL) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 200 ml (GLU PSZ, SEL) Sos boloński z mięsa w pieprz top* 150 g (GLU PSZ, SEL) Makaron 120 g (GLU PSZ) Surówka z rzodkwi i jabłka z olejem (l) b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL) Sos boloński z mięsa w pieprz top* 150 g (GLU PSZ, SEL) Makaron 120 g (GLU PSZ) Surówka z rzodkwi i jabłka z olejem (l) b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL) Sos boloński z mięsa w pieprz top* 150 g (GLU PSZ, SEL) Makaron 140 g (GLU PSZ) Surówka z rzodkwi i jabłka z olejem (l) b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Sos boloński z mięsa w pieprz top* 150 g (GLU PSZ, SEL) Sos boloński z mięsa w pieprz top* 150 g (GLU PSZ, SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ) Surówka z rzodkwi i jabłka z olejem (l) b/c 130 g Banan 150 g Paczek 1 szt (GLU PSZ, JAJ)	
					Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Pomarańcza 150 g		Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml				
Kolejacja	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) Pasztet z fasoli* 100 g (JAJ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wędziona 50 g (SOJ) Mus z jabłek prażonych 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Łopatką zbojnicka wędziona 50 g (SOJ) Mus z jabłek prażonych 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasztet z fasoli* 100 g (JAJ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wędziona 50 g (SOJ) Mus z jabłek prażonych 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Łopatką zbojnicka wędziona 30 g (SOJ) Papryka świeża 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wędziona 30 g (SOJ) Papryka świeża 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wędziona 50 g (SOJ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml			
				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Sałata zielona 10 g		Sałata zielona 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ)		
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ)	Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Sałata zielona 10 g		Sałata zielona 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ)			
				Wartość energetyczna: 2447.03 kcal; Białko ogółem: 87.50 g; Tłuszcz: 70.39 g; Kw. tł. nasy.: 24.57 g; Węglowodany ogółem: 385.45 g; W tym cukry: 65.15 g; Błonnik pok.: 39.04 g; Sol: 7.83 g;	Wartość energetyczna: 2310.92 kcal; Białko ogółem: 86.39 g; Tłuszcz: 48.43 g; Kw. tł. nasy.: 21.49 g; Węglowodany ogółem: 393.48 g; W tym cukry: 101.61 g; Błonnik pok.: 21.91 g; Sol: 9.05 g;	Wartość energetyczna: 2400.28 kcal; Białko ogółem: 90.49 g; Tłuszcz: 54.60 g; Kw. tł. nasy.: 21.60 g; Węglowodany ogółem: 400.87 g; W tym cukry: 109.50 g; Błonnik pok.: 22.08 g; Sol: 7.61 g;	Wartość energetyczna: 2375.44 kcal; Białko ogółem: 101.66 g; Tłuszcz: 74.25 g; Kw. tł. nasy.: 24.85 g; Węglowodany ogółem: 348.23 g; W tym cukry: 50.19 g; Błonnik pok.: 57.13 g; Sol: 7.32 g;	Wartość energetyczna: 2381.08 kcal; Białko ogółem: 87.24 g; Tłuszcz: 39.73 g; Kw. tł. nasy.: 21.67 g; Węglowodany ogółem: 400.72 g; W tym cukry: 97.66 g; Błonnik pok.: 25.28 g; Sol: 8.58 g;	Wartość energetyczna: 1579.12 kcal; Białko ogółem: 59.66 g; Tłuszcz: 39.73 g; Kw. tł. nasy.: 15.43 g; Węglowodany ogółem: 254.78 g; W tym cukry: 97.66 g; Błonnik pok.: 16.81 g; Sol: 3.98 g;	Wartość energetyczna: 1689.98 kcal; Białko ogółem: 59.39 g; Tłuszcz: 46.65 g; Kw. tł. nasy.: 20.00 g; Węglowodany ogółem: 267.96 g; W tym cukry: 108.83 g; Błonnik pok.: 18.06 g; Sol: 4.30 g;	Wartość energetyczna: 1887.91 kcal; Białko ogółem: 46.12 g; Tłuszcz: 50.16 g; Kw. tł. nasy.: 20.59 g; Węglowodany ogółem: 302.99 g; W tym cukry: 111.56 g; Błonnik pok.: 22.26 g; Sol: 6.04 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-14 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne	
2024-04-12 piątek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Dżem 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Dżem 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Jabłko 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek 50 g (MLE) Pomidor 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 50 g (MLE) Pomidor 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
					Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Koktajl truskawkowy* 200 ml (MLE)			
	Obiad	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Warzywa po grecku* 130 g (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL, GLU JECZ) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 130 g Warzywa po grecku* 60 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL, GLU JECZ) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL, GLU JECZ) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Warzywa po grecku* 130 g (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 200 ml (MLE, SEL, GLU JECZ) Ryba pieczona (Miruna) 60 g (RYB) Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 300 ml (MLE, SEL, GLU JECZ) Ryba pieczona (Miruna) 60 g (RYB) Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 120 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 300 ml (MLE, SEL, GLU JECZ) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 140 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 300 ml (MLE, SEL, GLU JECZ) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 130 g Wafel Grzesiek 26g 1 szt (GLU PSZ, OZI, SOJ, MLE, ORZ) Mandarynka 150 g	
							Sok jabłkowy 100% 0,2l 1 szt			
	PD									
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem-dieta 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem-dieta 100 g (JAJ, MLE) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szyzka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa (SOJ) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem-dieta 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyzka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa (SOJ) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
	PN	Szyzka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Salata zielona 10 g	Masło extra 82% 5 g (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Szyzka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyzka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ) Salata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyzka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyzka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ) Salata zielona 10 g	Szyzka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyzka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ) Salata zielona 10 g	Salata zielona 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyzka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ)	
		Wartość energetyczna: 2211.60 kcal; Białko ogółem: 93.46 g; Tłuszcz: 59.19 g; Kw. tł. nasy.: 24.39 g; Węglowodany ogółem: 340.16 g; W tym cukry: 71.71 g; Błonnik pok.: 30.96 g; Sól: 8.51 g;	Wartość energetyczna: 2324.54 kcal; Białko ogółem: 97.43 g; Tłuszcz: 57.68 g; Kw. tł. nasy.: 24.15 g; Węglowodany ogółem: 363.98 g; W tym cukry: 92.21 g; Błonnik pok.: 22.62 g; Sól: 7.53 g;	Wartość energetyczna: 2233.07 kcal; Białko ogółem: 92.49 g; Tłuszcz: 48.78 g; Kw. tł. nasy.: 20.78 g; Węglowodany ogółem: 365.27 g; W tym cukry: 92.21 g; Błonnik pok.: 19.39 g; Sól: 7.29 g;	Wartość energetyczna: 2054.18 kcal; Białko ogółem: 100.79 g; Tłuszcz: 59.66 g; Kw. tł. nasy.: 22.12 g; Węglowodany ogółem: 300.07 g; W tym cukry: 45.84 g; Błonnik pok.: 44.27 g; Sól: 8.94 g;	Wartość energetyczna: 2213.87 kcal; Białko ogółem: 89.24 g; Tłuszcz: 48.61 g; Kw. tł. nasy.: 20.85 g; Węglowodany ogółem: 365.12 g; W tym cukry: 91.08 g; Błonnik pok.: 22.59 g; Sól: 8.26 g;	Wartość energetyczna: 1429.04 kcal; Białko ogółem: 67.40 g; Tłuszcz: 37.41 g; Kw. tł. nasy.: 16.78 g; Węglowodany ogółem: 211.96 g; W tym cukry: 89.82 g; Błonnik pok.: 12.82 g; Sól: 3.53 g;	Wartość energetyczna: 1517.29 kcal; Białko ogółem: 65.60 g; Tłuszcz: 44.39 g; Kw. tł. nasy.: 21.32 g; Węglowodany ogółem: 220.91 g; W tym cukry: 92.30 g; Błonnik pok.: 14.23 g; Sól: 3.64 g;	Wartość energetyczna: 1811.03 kcal; Białko ogółem: 83.13 g; Tłuszcz: 49.97 g; Kw. tł. nasy.: 23.38 g; Węglowodany ogółem: 265.63 g; W tym cukry: 101.11 g; Błonnik pok.: 17.70 g; Sól: 4.58 g;	Wartość energetyczna: 723.94 kcal; Białko ogółem: 48.18 g; Tłuszcz: 24.25 g; Kw. tł. nasy.: 1.08 g; Węglowodany ogółem: 82.18 g; W tym cukry: 16.16 g; Błonnik pok.: 9.42 g; Sól: 2.44 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-14 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne
Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody.w.osł.niejad 40 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody.w.osł.niejad 40 g Jabłko pieczone 150 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody.w.osł.niejad 40 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody.w.osł.niejad 40 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody.w.osł.niejad 40 g Jabłko pieczone 150 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody.w.osł.niejad 40 g Pomidor 40 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody.w.osł.niejad 40 g Pomidor 50 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody.w.osł.niejad 40 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
II SN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Ser żółty 30 g (MLE) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Jabłko 150 g		
Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL.) Ryż na sypko z kurkumą 180 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 130 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 60 g (SEL.) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 130 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko z kurkumą 180 g Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko z kurkumą 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko z kurkumą 100 g Buraczki gotowane 140 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko z kurkumą 140 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko z kurkumą 140 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL.) Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL.) Ryż na sypko z kurkumą 180 g Jabłko 150 g Drożdżówka różne 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)
PD				Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU JECZ.)			Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE)		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Mielony Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Papryka świeża 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)		Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Salata zielona 10 g	Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Dżem 25 g 1 szt Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)		Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Dżem 25 g 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2100.25 kcal; Białko ogółem: 71.39 g; Tłuszcz: 50.16 g; Kw. tł. nasy.: 18.88 g; Węglowodany ogółem: 355.61 g; W tym cukry: 70.24 g; Błonnik pok.: 30.10 g; Sól: 8.85 g;	Wartość energetyczna: 2166.92 kcal; Białko ogółem: 79.59 g; Tłuszcz: 40.63 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 383.05 g; W tym cukry: 82.91 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 1986.93 kcal; Białko ogółem: 78.73 g; Tłuszcz: 39.87 g; Kw. tł. nasy.: 18.27 g; Węglowodany ogółem: 339.91 g; W tym cukry: 84.51 g; Błonnik pok.: 21.26 g; Sól: 6.75 g;	Wartość energetyczna: 2143.05 kcal; Białko ogółem: 82.71 g; Tłuszcz: 65.93 g; Kw. tł. nasy.: 25.64 g; Węglowodany ogółem: 326.45 g; W tym cukry: 36.29 g; Błonnik pok.: 52.93 g; Sól: 9.87 g;	Wartość energetyczna: 2186.27 kcal; Białko ogółem: 82.37 g; Tłuszcz: 40.83 g; Kw. tł. nasy.: 18.55 g; Węglowodany ogółem: 384.30 g; W tym cukry: 84.01 g; Błonnik pok.: 22.95 g; Sól: 7.49 g;	Wartość energetyczna: 1465.71 kcal; Białko ogółem: 61.68 g; Tłuszcz: 29.15 g; Kw. tł. nasy.: 11.99 g; Węglowodany ogółem: 247.23 g; W tym cukry: 87.03 g; Błonnik pok.: 15.35 g; Sól: 4.61 g;	Wartość energetyczna: 1588.15 kcal; Białko ogółem: 60.74 g; Tłuszcz: 36.28 g; Kw. tł. nasy.: 16.57 g; Węglowodany ogółem: 263.59 g; W tym cukry: 89.76 g; Błonnik pok.: 16.83 g; Sól: 4.83 g;	Wartość energetyczna: 1807.43 kcal; Białko ogółem: 70.51 g; Tłuszcz: 39.34 g; Kw. tł. nasy.: 17.79 g; Węglowodany ogółem: 303.41 g; W tym cukry: 99.19 g; Błonnik pok.: 19.56 g; Sól: 5.63 g;	Wartość energetyczna: 975.70 kcal; Białko ogółem: 29.93 g; Tłuszcz: 22.93 g; Kw. tł. nasy.: 5.07 g; Węglowodany ogółem: 167.08 g; W tym cukry: 20.09 g; Błonnik pok.: 9.06 g; Sól: 1.61 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-14 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne	
2024-04-14 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Płat szynkowy - produkt wpięrzony wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (<u>GLU, PSZ, SOJ.</u>) Pomidor 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Płat szynkowy - produkt wpięrzony wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (<u>GLU, PSZ, SOJ.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml Salata zielona 20 g	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Płat szynkowy - produkt wpięrzony wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (<u>GLU, PSZ, SOJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
		II / SN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Ogórek kiszony 50 g		
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka schabowa 80 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos własny (i) 80 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 130 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Bitka schabowa 80 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos własny (i) 80 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Szcypak gotowany z olejem* 130 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym* b/mleka 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Bitka schabowa 80 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos własny (i) 80 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Szcypak gotowany z olejem* 130 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Bitka schabowa 80 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos własny (i) 80 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Szcypak gotowany z olejem* 130 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 200 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka schabowa 60 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos własny (i) 80 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 130 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka schabowa 60 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos własny (i) 80 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 120 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 130 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka schabowa 80 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos własny (i) 80 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 140 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 130 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Bitka schabowa 80 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos własny (i) 80 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 130 g (<u>SEL.</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u>) Jabłko 150 g Bitka schabowa 80 g (<u>GLU, PSZ.</u>)	
	PD			Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>) Jabłko 150 g			Banan 150 g			
	Kolejnia	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Jabłko 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany 100 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek prażonych 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany 100 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek prażonych 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany 100 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany 100 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
	PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u>)	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU, PSZ, MLE, GOR.</u>) Salata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU, PSZ, MLE, GOR.</u>) Salata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u>)			
		Wartość energetyczna: 2470.63 kcal; Białko ogółem: 97.59 g; Tłuszcz: 77.11 g; Kw. tł. nasy.: 33.20 g; Węglowodany ogółem: 361.64 g; W tym cukry: 81.28 g; Błonnik pok.: 30.80 g; Sól: 8.92 g;	Wartość energetyczna: 2526.13 kcal; Białko ogółem: 105.11 g; Tłuszcz: 63.34 g; Kw. tł. nasy.: 25.51 g; Węglowodany ogółem: 394.74 g; W tym cukry: 114.38 g; Błonnik pok.: 19.98 g; Sól: 6.91 g;	Wartość energetyczna: 2537.49 kcal; Białko ogółem: 107.15 g; Tłuszcz: 63.44 g; Kw. tł. nasy.: 25.46 g; Węglowodany ogółem: 394.58 g; W tym cukry: 114.38 g; Błonnik pok.: 17.72 g; Sól: 6.26 g;	Wartość energetyczna: 2106.77 kcal; Białko ogółem: 103.65 g; Tłuszcz: 64.68 g; Kw. tł. nasy.: 24.92 g; Węglowodany ogółem: 298.93 g; W tym cukry: 56.33 g; Błonnik pok.: 43.55 g; Sól: 9.64 g;	Wartość energetyczna: 2526.13 kcal; Białko ogółem: 105.11 g; Tłuszcz: 63.34 g; Kw. tł. nasy.: 25.51 g; Węglowodany ogółem: 394.74 g; W tym cukry: 114.38 g; Błonnik pok.: 19.98 g; Sól: 6.91 g;	Wartość energetyczna: 1943.91 kcal; Białko ogółem: 88.55 g; Tłuszcz: 60.75 g; Kw. tł. nasy.: 26.32 g; Węglowodany ogółem: 268.93 g; W tym cukry: 94.50 g; Błonnik pok.: 17.18 g; Sól: 6.73 g;	Wartość energetyczna: 2044.52 kcal; Białko ogółem: 88.43 g; Tłuszcz: 69.99 g; Kw. tł. nasy.: 32.36 g; Węglowodany ogółem: 274.44 g; W tym cukry: 95.99 g; Błonnik pok.: 18.43 g; Sól: 7.01 g;	Wartość energetyczna: 2279.50 kcal; Białko ogółem: 101.12 g; Tłuszcz: 76.94 g; Kw. tł. nasy.: 35.15 g; Węglowodany ogółem: 306.50 g; W tym cukry: 98.49 g; Błonnik pok.: 21.40 g; Sól: 8.12 g;	Wartość energetyczna: 1044.27 kcal; Białko ogółem: 66.27 g; Tłuszcz: 37.82 g; Kw. tł. nasy.: 6.78 g; Węglowodany ogółem: 114.38 g; W tym cukry: 20.30 g; Błonnik pok.: 11.20 g; Sól: 2.62 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,