

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-02

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa

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, _), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ, _), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Makaron 180 g (GLU PSZ, _), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE, _), Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Rzodkiew biała 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2131.39 kcal; B: 86.89 g; T: 50.55 g; Kw. tł. nasy.: 21.65 g; W: 349.99 g; W tym cukry: 89.88 g; Bł.: 28.57 g; Sól: 8.48 g; WW: 32.07 Por; Ener. z B: 16.31 %; Ener. z W: 60.32 %; Ener. z T: 21.35 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 2552.85 mg;

W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna

Śniadanie: Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ, _), Banan 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Makaron 180 g (GLU PSZ, _), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE, _), Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2112.12 kcal; B: 81.7 g; T: 44.53 g; Kw. tł. nasy.: 21.23 g; W: 359 g; W tym cukry: 110.42 g; Bł.: 19.5 g; Sól: 6.52 g; WW: 33.96 Por; Ener. z B: 15.47 %; Ener. z W: 64.3 %; Ener. z T: 18.97 %; Ener. z Bł.: 1.85 %; K: 2645.32 mg;

W-wa- PIM MSWiA III Kleikowa

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

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-02

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA III Kleikowa

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

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

Wartości odżywcze: E: 1031.85 kcal; B: 25.71 g; T: 8.04 g; Kw. tł. nasy.: .3 g; W: 215.07 g; W tym cukry: .39 g; Bł.: 4.68 g; Sól: .44 g; WW: 21.15 Por; Ener. z B: 9.97 %; Ener. z W: 81.56 %; Ener. z T: 7.01 %; Ener. z Bł.: .91 %; K: 274.05 mg;

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

Śniadanie: Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), mielona Szyńska Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (SOJ, _), Banan 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Makaron 180 g (GLU PSZ, _), Klopsik drobiowy z udźca 80 g (GLU PSZ, JAJ, _), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL, _), Brokuł gotowany* 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), mielona Szyńska dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Pomidor b/skórki 80 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2038.01 kcal; B: 80.77 g; T: 44.38 g; Kw. tł. nasy.: 17.86 g; W: 338.24 g; W tym cukry: 66.5 g; Bł.: 20.25 g; Sól: 7.32 g; WW: 31.8 Por; Ener. z B: 15.85 %; Ener. z W: 62.41 %; Ener. z T: 19.6 %; Ener. z Bł.: 1.99 %; K: 3049.5 mg;

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

Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE, _), Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ, _), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

II ŚN: Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ, _), Papryka świeża 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml ,

Obiad: Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Klopsik drobiowy z udźca 80 g (GLU PSZ, JAJ, _), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL, _), Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ, _), Surówka wielowarzywna z olejem b/c 130 g (SEL, _), Brokuł gotowany* 60 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-02

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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

PD: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,), Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,),

Kolacja: Chleb razowy żytnio-pszeny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Rzodkiew biała 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

PN: Chleb razowy żytnio-pszeny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Twaróg półtłusty 50 g (MLE,), Sałata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: E: 2333.48 kcal; B: 110.32 g; T: 71.44 g; Kw. tł. nasy.: 24.55 g; W: 329.57 g; W tym cukry: 29.67 g; Bł.: 49.08 g; Sól: 10.25 g; WW: 27.98 Por; Ener. z B: 18.91 %; Ener. z W: 48.08 %; Ener. z T: 27.55 %; Ener. z Bł.: 4.21 %; K: 4011.91 mg;

W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa

Śniadanie: Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (SOJ,), Banan 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

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

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2023.61 kcal; B: 74.88 g; T: 36.94 g; Kw. tł. nasy.: 18.61 g; W: 360.87 g; W tym cukry: 110.33 g; Bł.: 19.46 g; Sól: 7.2 g; WW: 34.21 Por; Ener. z B: 14.8 %; Ener. z W: 67.49 %; Ener. z T: 16.43 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 2520.32 mg;

W-wa- PIM MSWiA S1 Niskobiałkowa/Ziemniaczana

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ,), Banan 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Pierogi ukraińskie * 300 g (GLU PSZ, MLE,), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL,), Surówka wielowarzywna z olejem b/c 130 g (SEL,), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-02

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA S1 Niskobiałkowa/Ziemniaczana

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.), Masło extra 82% 10 g (MLE.), Sałatka ziemniaczana - dieta 150 g (MLE.), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Wartości odżywcze: E: 1642.89 kcal; B: 44.26 g; T: 50.11 g; Kw. tł. nasy.: 23.46 g; W: 263.42 g; W tym cukry: 56.73 g; Bł.: 19.5 g; Sól: 3.36 g; WW: 24.32 Por; Ener. z B: 10.78 %; Ener. z W: 59.39 %; Ener. z T: 27.45 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 3108.33 mg;

W-wa- PIM MSWiA S3 Niskofosforanowa

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Masło extra 82% 10 g (MLE.), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.), Banan 150 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Pierogi ukraińskie * 300 g (GLU PSZ, MLE.), Surówka wielowarzywna z olejem b/c 130 g (SEL.), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml,

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.), Masło extra 82% 10 g (MLE.), Filet z kurczaka gotowany 50 g, Rzodkiew biała 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Wartości odżywcze: E: 1992.27 kcal; B: 74.27 g; T: 60.09 g; Kw. tł. nasy.: 26.4 g; W: 298.3 g; W tym cukry: 55.74 g; Bł.: 19.87 g; Sól: 3.9 g; WW: 27.68 Por; Ener. z B: 14.91 %; Ener. z W: 55.9 %; Ener. z T: 27.15 %; Ener. z Bł.: 1.99 %; K: 2843.8 mg;

W-wa- PIM MSWiA S4 Alergiczna

Śniadanie: Kasza jaglana na wodzie 300 ml, Chleb bezglutenowy 100 g, Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g, Schab gotowany 40 g, Banan 150 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Dyniowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka) * 400 ml (SEL.), Filet z kurczaka gotowany 80 g, Sos jarzynowy* (bez glutenu) 80 ml (SEL.), Ziemniaki 180 g, Marchew gotowana z olejem* 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml,

Kolacja: Chleb bezglutenowy 100 g, Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g, Filet z kurczaka gotowany 50 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Wartości odżywcze: E: 1591.8 kcal; B: 69.23 g; T: 35.65 g; Kw. tł. nasy.: 6.88 g; W: 253.43 g; W tym cukry: 51.43 g; Bł.: 16.31 g; Sól: 2.2 g; WW: 23.79 Por; Ener. z B: 17.4 %; Ener. z W: 59.59 %; Ener. z T: 20.16 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 3676.62 mg;

W-wa- PIM MSWiA S5 Płynna/Sonda

Śniadanie: Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml, Sonda S5 śn 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.),

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-02

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA S5 Płynna/Sonda

II ŚN: Sonda S5 śn 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _),

Obiad: Sonda jarzynowa S5 400 g (JAJ, MLE, SEL, _), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

PD: Sonda jarzynowa S5 400 g (JAJ, MLE, SEL, _),

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

Wartości odżywcze: E: 2147.37 kcal; B: 98.22 g; T: 97.68 g; Kw. tł. nasy.: 51.68 g; W: 226.93 g; W tym cukry: 74.66 g; Bł.: 16.01 g; Sól: 2.29 g; WW: 21.04 Por; Ener. z B: 18.3 %; Ener. z W: 39.29 %; Ener. z T: 40.94 %; Ener. z Bł.: 1.49 %; K: 4351.21 mg;

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

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

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

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

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

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

Wartości odżywcze: E: 2143.01 kcal; B: 107.43 g; T: 89.42 g; Kw. tł. nasy.: 13.69 g; W: 239.57 g; W tym cukry: 48.81 g; Bł.: 23.95 g; Sól: 2.09 g; WW: 21.36 Por; Ener. z B: 20.05 %; Ener. z W: 40.25 %; Ener. z T: 37.55 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 4701.39 mg;

W-wa- PIM MSWiA S7 Niskosodowa

Śniadanie: Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _), Chleb pszenno-żytni bez soli 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Schab gotowany (bez soli) 40 g , Banan 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Dyniowa z ziemniakami (bez soli) * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _), Makaron (bez soli) 180 g (GLU PSZ, _), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE, _), Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-02

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA S7 Niskosodowa

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

Wartości odżywcze: E: 1923.04 kcal; B: 91.1 g; T: 39.27 g; Kw. tł. nasy.: 19.31 g; W: 310.06 g; W tym cukry: 108.89 g; Bł.: 14.51 g; Sól: 1.26 g; WW: 29.55 Por; Ener. z B: 18.95 %; Ener. z W: 61.48 %; Ener. z T: 18.38 %; Ener. z Bł.: 1.51 %; K: 2841.66 mg;

W-wa- PIM MSWiA S8 Niskobiałkowa

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szyńka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ,), Dżem 40 g , Banan 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Makaron 180 g (GLU PSZ,), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 50 g (MLE,), Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szyńkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g , Pomidor 80 g , Miód (25g) 1 szt , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1854.62 kcal; B: 53.24 g; T: 28.49 g; Kw. tł. nasy.: 13.97 g; W: 358.64 g; W tym cukry: 107.43 g; Bł.: 17.5 g; Sól: 5.63 g; WW: 34.16 Por; Ener. z B: 11.48 %; Ener. z W: 73.58 %; Ener. z T: 13.82 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 2047.3 mg;

W-wa- PIM MSWiA Aspirynowa

Śniadanie: Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,), Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml , Banan 150 g ,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Filet z kurczaka gotowany 80 g , Ziemniaki 180 g , Marchew gotowana z olejem* 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Filet z kurczaka gotowany 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1530.98 kcal; B: 73.54 g; T: 34.43 g; Kw. tł. nasy.: 15.17 g; W: 243.94 g; W tym cukry: 49.91 g; Bł.: 24.53 g; Sól: 5.02 g; WW: 22.03 Por; Ener. z B: 19.21 %; Ener. z W: 57.32 %; Ener. z T: 20.24 %; Ener. z Bł.: 3.2 %; K: 3648.99 mg;

W-wa- PIM MSWiA Niskopurynowa

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-02

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Niskopurynowa

Śniadanie: Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ, _), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Makaron 180 g (GLU PSZ, _), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE, _), Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

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

Wartości odżywcze: E: 2166.47 kcal; B: 87.25 g; T: 42.91 g; Kw. tł. nasy.: 20.65 g; W: 338.49 g; W tym cukry: 91.4 g; Bł.: 19.31 g; Sól: 7.41 g; WW: 31.81 Por; Ener. z B: 16.11 %; Ener. z W: 58.93 %; Ener. z T: 17.83 %; Ener. z Bł.: 1.78 %; K: 2306.39 mg;

W-wa- PIM MSWiA Położniczo-ciężowa

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, _), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (SOJ, GOR, _), Banan 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

II ŚN: Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ, _), Papryka świeża 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,

Obiad: Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Makaron 180 g (GLU PSZ, _), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE, _), Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

PD: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE, _), Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _),

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2352.17 kcal; B: 89.46 g; T: 43.6 g; Kw. tł. nasy.: 19.17 g; W: 415.89 g; W tym cukry: 121.6 g; Bł.: 29.95 g; Sól: 9.23 g; WW: 38.67 Por; Ener. z B: 15.21 %; Ener. z W: 65.63 %; Ener. z T: 16.68 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 2996.37 mg;

W-wa- PIM MSWiA Wegetariańska

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-02

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Wegetariańska

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, _), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ, _), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Makaron 180 g (GLU PSZ, _), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE, _), Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

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

Wartości odżywcze: E: 2269.14 kcal; B: 92.54 g; T: 49.14 g; Kw. tł. nasy.: 21.15 g; W: 350.03 g; W tym cukry: 89.88 g; Bł.: 28.57 g; Sól: 7.96 g; WW: 32.08 Por; Ener. z B: 16.31 %; Ener. z W: 56.67 %; Ener. z T: 19.49 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 2552.85 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa

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

Obiad: Dyniowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka) * 400 ml (SEL, _), Klopsik drobiowy z udźca (bez glutenu) 80 g (JAJ, _), Sos jarzynowy* (bez glutenu) 80 ml (SEL, _), Ziemniaki 180 g , Brokuł gotowany* 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

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

Wartości odżywcze: E: 1931.64 kcal; B: 71.07 g; T: 54.27 g; Kw. tł. nasy.: 19.28 g; W: 262.1 g; W tym cukry: 63.08 g; Bł.: 15.85 g; Sól: 3.62 g; WW: 24.59 Por; Ener. z B: 14.72 %; Ener. z W: 50.99 %; Ener. z T: 25.28 %; Ener. z Bł.: 1.64 %; K: 3920.75 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa bezmleczna

Śniadanie: Kasza jaglana na wodzie 300 ml , Chleb bezglutenowy 100 g , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g , Schab gotowany 40 g , Banan 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Dyniowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka) * 400 ml (SEL, _), Klopsik drobiowy z udźca (bez glutenu) 80 g (JAJ, _), Sos jarzynowy* (bez glutenu) 80 ml (SEL, _), Ziemniaki 180 g , Brokuł gotowany* 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-02

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa bezmleczna

Kolacja: Chleb bezglutenowy 100 g , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g , Filet z kurczaka gotowany 50 g , Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1659.82 kcal; B: 68.38 g; T: 43.89 g; Kw. tł. nasy.: 8.57 g; W: 252.67 g; W tym cukry: 50.48 g; Bł.: 16.09 g; Sól: 2.38 g; WW: 23.63 Por; Ener. z B: 16.48 %; Ener. z W: 57.01 %; Ener. z T: 23.8 %; Ener. z Bł.: 1.94 %; K: 3967.78 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezmleczna

Śniadanie: Kasza jaglana na wodzie 300 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (SOJ,), Banan 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Klopsik drobiowy z udźca 80 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL,), Makaron 180 g (GLU PSZ,), Brokuł gotowany* 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g , Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1908 kcal; B: 70.75 g; T: 38.84 g; Kw. tł. nasy.: 8.55 g; W: 328.38 g; W tym cukry: 52.14 g; Bł.: 20.99 g; Sól: 7.25 g; WW: 30.71 Por; Ener. z B: 14.83 %; Ener. z W: 64.44 %; Ener. z T: 18.32 %; Ener. z Bł.: 2.2 %; K: 2626.76 mg;

W-wa- PIM MSWiA Rozdrobniona/Mielona

Śniadanie: Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), mielona Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (SOJ,), Banan 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 400 ml ,

Obiad: Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Mięso drobiowe mielone w sosie wł 80 g (GLU PSZ,), Ziemniaki puree 180 g (MLE,), Brokuł gotowany* 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), mielona Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1965.42 kcal; B: 76.8 g; T: 44.21 g; Kw. tł. nasy.: 17.71 g; W: 324.71 g; W tym cukry: 77.11 g; Bł.: 20.68 g; Sól: 7.26 g; WW: 30.37 Por; Ener. z B: 15.63 %; Ener. z W: 61.88 %; Ener. z T: 20.24 %; Ener. z Bł.: 2.1 %; K: 3840.73 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-02

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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

- Śniadanie: Płatki pszenne na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE, _), Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 5 g (MLE, _), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ, _), Ogórek kiszony 40 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,
- II ŚN: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _), Baton szynkowy z kurcząt 30 g , Papryka świeża 50 g ,
- Obiad: Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 200 ml (GLU PSZ, SEL, _), Makaron 100 g (GLU PSZ, _), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE, _), Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml ,
- PD: Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE, _),
- Kolacja: Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE, _), Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 5 g (MLE, _), Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Rzodkiew biała 40 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,
- Wartości odżywcze: E: 1491.01 kcal; B: 70.23 g; T: 33.69 g; Kw. tł. nasy.: 14.99 g; W: 236.32 g; W tym cukry: 102.93 g; Bł.: 11.72 g; Sól: 5.41 g; WW: 22.43 Por; Ener. z B: 18.84 %; Ener. z W: 60.25 %; Ener. z T: 20.33 %; Ener. z Bł.: 1.57 %; K: 1989.09 mg;

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

- Śniadanie: Płatki pszenne na mleku 200 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, _), Ogórek kiszony 40 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,
- II ŚN: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _), Baton szynkowy z kurcząt 30 g , Papryka świeża 50 g ,
- Obiad: Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Makaron 120 g (GLU PSZ, _), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE, _), Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,
- PD: Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE, _),
- Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Rzodkiew biała 40 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-02

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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

Wartości odżywcze: E: 1580.39 kcal; B: 69.74 g; T: 40.83 g; Kw. tł. nasy.: 19.57 g; W: 243.95 g; W tym cukry: 96.12 g; Bł.: 14.19 g; Sól: 5.68 g; WW: 22.93 Por; Ener. z B: 17.65 %; Ener. z W: 58.15 %; Ener. z T: 23.25 %; Ener. z Bł.: 1.8 %; K: 2285.12 mg;

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

Śniadanie: Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ, _), Ogórek kiszony 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

II ŚN: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _), Baton szynkowy z kurcząt 30 g, Papryka świeża 50 g,

Obiad: Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Makaron 140 g (GLU PSZ, _), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE, _), Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml,

PD: Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE, _),

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Rzodkiew biała 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Wartości odżywcze: E: 1856.67 kcal; B: 82.59 g; T: 48 g; Kw. tł. nasy.: 22.14 g; W: 285.62 g; W tym cukry: 101.29 g; Bł.: 17.83 g; Sól: 7.47 g; WW: 26.69 Por; Ener. z B: 17.79 %; Ener. z W: 57.69 %; Ener. z T: 23.27 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 2623.55 mg;

W-wa- PIM MSWiA Transplantologia

Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE, _), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (SOJ, _), Dynia z wody 80 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml,

II ŚN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ, _), Mus z jabłek () b/c 150 g,

Obiad: Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Makaron 180 g (GLU PSZ, _), Klopsik drobiowy z udźca 80 g (GLU PSZ, JAJ, _), Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL, _), Fasolka szparagowa z wody* 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml,

PD: Jabłko pieczone 150 g, Wafle ryżowe 30 g,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-02

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Transplantologia

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (**GLUPSZ, GLU ŻYT, _**), Masło extra 82% 10 g (**MLE, _**), Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (**MLE, _**), Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2105.97 kcal; B: 80 g; T: 45.85 g; Kw. tł. nasy.: 19.31 g; W: 352.28 g; W tym cukry: 43.82 g; Bł.: 27.36 g; Sól: 9.48 g; WW: 32.36 Por; Ener. z B: 15.19 %; Ener. z W: 61.71 %; Ener. z T: 19.6 %; Ener. z Bł.: 2.6 %; K: 2503.48 mg;

W-wa- PIM MSWiA Cukrzyca oszczędzająca

Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (**MLE, _**), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (**GLUPSZ, GLU ŻYT, _**), Masło extra 82% 10 g (**MLE, _**), Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (**SOJ, _**), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

II ŚN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (**GLUPSZ, GLU ŻYT, _**), Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (**SOJ, _**), Mus z jabłek () b/c 150 g ,

Obiad: Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (**GLUPSZ, SEL, _**), Klopsik drobiowy z udźca 80 g (**GLUPSZ, JAJ, _**), Sos jarzynowy * 80 ml (**GLUPSZ, SEL, _**), Makaron 180 g (**GLUPSZ, _**), Fasolka szparagowa z wody* 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

PD: Jabłko pieczone 150 g , Wafle ryżowe 30 g ,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (**GLUPSZ, GLU ŻYT, _**), Masło extra 82% 10 g (**MLE, _**), Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (**MLE, _**), Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (**GLUPSZ, GLU ŻYT, _**), Masło extra 82% 5 g (**MLE, _**), Twaróg półtłusty 50 g (**MLE, _**), Sałata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: E: 2337.42 kcal; B: 92.68 g; T: 53.07 g; Kw. tł. nasy.: 23.58 g; W: 383.44 g; W tym cukry: 44.71 g; Bł.: 28.94 g; Sól: 10.04 g; WW: 35.39 Por; Ener. z B: 15.86 %; Ener. z W: 60.67 %; Ener. z T: 20.44 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 2631.28 mg;