

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2024-03-05

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa

- Śniadanie: Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE), Ogórek kiszony 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- Obiad: Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Szyunka wieprzowa gotowana 80 g, Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ), Makaron 180 g (GLU PSZ), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,
- Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 5 g (MLE), Ser żółty 30 g (MLE), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2293.52 kcal; Białko ogółem: 99.69 g; Tłuszcz: 65.25 g; Kw. tł. nasy.: 29.83 g; Węglowodany ogółem: 340.64 g; W tym cukry: 54.4 g; Błonnik pok.: 28.01 g; Sól: 10.59 g; WW: 31.29 Por; : 17.39 %; : 54.52 %; Ener. z T: 25.6 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 2882.26 mg;

W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna

- Śniadanie: Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Szyunka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE), Jabłko pieczone 150 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- Obiad: Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL), Szyunka wieprzowa gotowana 80 g, Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ), Makaron 180 g (GLU PSZ), Dynia z wody 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,
- Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), Dżem 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 5 g (MLE), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g, Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2284.44 kcal; Białko ogółem: 91.35 g; Tłuszcz: 44.64 g; Kw. tł. nasy.: 21.72 g; Węglowodany ogółem: 388.69 g; W tym cukry: 101.43 g; Błonnik pok.: 24.19 g; Sól: 9.38 g; WW: 36.48 Por; : 16 %; : 63.82 %; Ener. z T: 17.59 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 2776.5 mg;

W-wa- PIM MSWiA III Kleikowa

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1031.85 kcal; Białko ogółem: 25.71 g; Tłuszcz: 8.04 g; Kw. tł. nasy.: .3 g; Węglowodany ogółem: 215.07 g; W tym cukry: .39 g; Błonnik pok.: 4.68 g; Sól: .44 g; WW: 21.15 Por; : 9.97 %; : 81.56 %; Ener. z T: 7.01 %; Ener. z Bł.: .91 %; K: 274.05 mg;

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

- Śniadanie: Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), mielona Szyunka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE), Jabłko pieczone 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- Obiad: Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL), Klopsik wieprzowy 80 g (GLU PSZ, JAJ), Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ), Makaron 180 g (GLU PSZ), Dynia z wody 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,
- Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ), 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,
- PN: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 5 g (MLE), mielona Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2024-03-05

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2411.35 kcal; Białko ogółem: 91.7 g; Tłuszcz: 52.46 g; Kw. tł. nasy.: 22.56 g; Węglowodany ogółem: 401.29 g; W tym cukry: 103.88 g; Błonnik pok.: 19.84 g; Sól: 7.84 g; WW: 38.17 Por; : 15.21 %; : 63.28 %; Ener. z T: 19.58 %; Ener. z Bł.: 1.65 %; K: 2829.71 mg;

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

- Śniadanie: Jogurt naturalny 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. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE), Ogórek kiszony 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml,
- II ŚN: Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml,
- Obiad: Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL), Szynka wieprzowa gotowana 80 g, Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ), Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g, Brokuł gotowany* 60 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml,
- PD: Maślanka 150 ml (MLE), Mandarynka 150 g,
- Kolacja: Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml,
- PN: Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 5 g (MLE), Ser żółty 30 g (MLE), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2118.55 kcal; Białko ogółem: 104.59 g; Tłuszcz: 62.59 g; Kw. tł. nasy.: 28.5 g; Węglowodany ogółem: 303.67 g; W tym cukry: 50.59 g; Błonnik pok.: 46.57 g; Sól: 10.08 g; WW: 25.72 Por; : 19.75 %; : 48.54 %; Ener. z T: 26.59 %; Ener. z Bł.: 4.4 %; K: 4435.75 mg;

W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa

- Śniadanie: Kasza kukurydziana 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. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE), Jabłko pieczone 150 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- Obiad: Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL), Szynka wieprzowa gotowana 80 g, Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ), Makaron 180 g (GLU PSZ), Dynia z wody 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,
- Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), Dżem 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 5 g (MLE), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g, Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2304.44 kcal; Białko ogółem: 94.15 g; Tłuszcz: 44.84 g; Kw. tł. nasy.: 21.69 g; Węglowodany ogółem: 390.09 g; W tym cukry: 102.63 g; Błonnik pok.: 22.69 g; Sól: 8.73 g; WW: 36.78 Por; : 16.34 %; : 63.77 %; Ener. z T: 17.51 %; Ener. z Bł.: 1.97 %; K: 2888.5 mg;

W-wa- PIM MSWiA S1 Niskobiałkowa/Ziemniaczana

- Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 50 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 miesa 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE), Jabłko pieczone 150 g, Sałata zielona 20 g, Miód (25g) 1 szt, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- Obiad: Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL), Zapiekanka z ziemników i warzyw* 300 g (JAJ, MLE, SEL), Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ), Dynia z wody 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,
- Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), paluszki ziemniaczane 200 g (GLU PSZ, JAJ), Pomidor 80 g, Dżem 30 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- PN: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 5 g (MLE), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g, Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1825.65 kcal; Białko ogółem: 48.27 g; Tłuszcz: 61.93 g; Kw. tł. nasy.: 23.28 g; Węglowodany ogółem: 278.92 g; W tym cukry: 79.52 g; Błonnik pok.: 23.77 g; Sól: 4.72 g; WW: 25.54 Por; : 10.58 %; : 55.9 %; Ener. z T: 30.53 %; Ener. z Bł.: 2.6 %; K: 3841.49 mg;

W-wa- PIM MSWiA S3 Niskofosforanowa

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2024-03-05

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA S3 Niskofosforanowa

- Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ), Jabłko pieczone 150 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,
- Obiad: Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLUPSZ, SEL), Filet z kurczaka gotowany 80 g, Sos szpinakowy* 80 ml (GLUPSZ), Makaron 180 g (GLUPSZ), Dynia z wody 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,
- Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLUPSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Schab gotowany 50 g, Dżem 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,
- PN: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ), Masło extra 82% 5 g (MLE), Schab gotowany 30 g, Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2113.36 kcal; Białko ogółem: 100.43 g; Tłuszcz: 41.75 g; Kw. tł. nasy.: 19.1 g; Węglowodany ogółem: 341.19 g; W tym cukry: 91.5 g; Błonnik pok.: 19.32 g; Sól: 4.6 g; WW: 32.14 Por; : 19.01 %; : 60.92 %; Ener. z T: 17.78 %; Ener. z Bł.: 1.83 %; K: 3169.42 mg;

W-wa- PIM MSWiA S4 Alergiczna

- Śniadanie: Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml, Chleb bezglutenowy 100 g, Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g, Filet z kurczaka gotowany 40 g, Jabłko pieczone 150 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,
- Obiad: Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL), Filet z kurczaka gotowany 80 g, Sos szpinakowy (bez glutenu)* 80 ml, Ziemniaki gotowane 180 g, Dynia z wody 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,
- Kolacja: Chleb bezglutenowy 100 g, Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g, Schab gotowany 50 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,
- PN: Chleb bezglutenowy 50 g, Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g, Schab gotowany 30 g, Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1776.25 kcal; Białko ogółem: 78.93 g; Tłuszcz: 41.01 g; Kw. tł. nasy.: 8.7 g; Węglowodany ogółem: 273.43 g; W tym cukry: 55.07 g; Błonnik pok.: 13.85 g; Sól: 2.42 g; WW: 25.95 Por; : 17.77 %; : 58.45 %; Ener. z T: 20.78 %; Ener. z Bł.: 1.56 %; K: 3045.51 mg;

W-wa- PIM MSWiA S5 Płynna/Sonda

- Śniadanie: Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml, Sonda S5 śn 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE),
- II ŚN: Sonda S5 śn 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE),
- Obiad: Sonda jarzynowa S5 400 g (JAJ, MLE, SEL), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,
- PD: Sonda jarzynowa S5 400 g (JAJ, MLE, SEL),
- Kolacja: Sonda jarzynowa S5 400 g (JAJ, MLE, SEL), Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,
- PN: Sonda jarzynowa S5 400 g (JAJ, MLE, SEL),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2551.13 kcal; Białko ogółem: 118.51 g; Tłuszcz: 116.34 g; Kw. tł. nasy.: 61.04 g; Węglowodany ogółem: 268 g; W tym cukry: 77.79 g; Błonnik pok.: 20.65 g; Sól: 2.69 g; WW: 24.66 Por; : 18.58 %; : 38.78 %; Ener. z T: 41.04 %; Ener. z Bł.: 1.62 %; K: 5399.55 mg;

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

- Śniadanie: Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml, sonda śn b/ml 400 ml (GLUPSZ, JAJ, SEL),
- II ŚN: sonda śn b/ml 400 ml (GLUPSZ, JAJ, SEL),
- Obiad: Sonda jarzynowa S5 b/ml 600 g (JAJ, SEL), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,
- PD: Sonda jarzynowa S5 b/ml 400 g (JAJ, SEL),
- Kolacja: Sonda jarzynowa S5 b/ml 400 g (JAJ, SEL), Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,
- PN: Sonda jarzynowa S5 b/ml 400 g (JAJ, SEL),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2507.03 kcal; Białko ogółem: 127.62 g; Tłuszcz: 103.74 g; Kw. tł. nasy.: 16.2 g; Węglowodany ogółem: 280.55 g; W tym cukry: 51.86 g; Błonnik pok.: 28.59 g; Sól: 2.48 g; WW: 24.97 Por; : 20.36 %; : 40.2 %; Ener. z T: 37.24 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 5746.39 mg;

W-wa- PIM MSWiA S7 Niskosodowa

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

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2024-03-05

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA S7 Niskosodowa

- Obiad: Solferino (bez soli)* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Szynka wieprzowa gotowana (bez soli) 80 g , Sos szpinakowy (bez soli)* 80 ml (GLU PSZ,), Makaron (bez soli) 180 g (GLU PSZ,), Dynia z wody b/soli 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,
- Kolacja: Chleb pszenno-żytni bez soli 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Schab gotowany (bez soli) 50 g , Dżem 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,
- PN: Chleb pszenno-żytni bez soli 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Schab gotowany (bez soli) 30 g , Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2288.1 kcal; Białko ogółem: 114.98 g; Tłuszcz: 57.15 g; Kw. tł. nasy.: 25.69 g; Węglowodany ogółem: 330.34 g; W tym cukry: 101.8 g; Błonnik pok.: 15.04 g; Sól: 1.19 g; WW: 31.46 Por; : 20.1 %; : 55.12 %; Ener. z T: 22.48 %; Ener. z Bł.: 1.31 %; K: 3339.2 mg;

W-wa- PIM MSWiA S8 Niskobiałkowa

- Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 100 g (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 miesa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,), Jabłko pieczone 150 g , Sałata zielona 20 g , Miód (25g) 1 szt , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,
- Obiad: Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Szynka wieprzowa gotowana 70 g , Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ,), Makaron 180 g (GLU PSZ,), Dynia z wody 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,
- Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Dżem 30 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,
- PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g , Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2029.1 kcal; Białko ogółem: 77.57 g; Tłuszcz: 38.21 g; Kw. tł. nasy.: 18.36 g; Węglowodany ogółem: 352.61 g; W tym cukry: 74.79 g; Błonnik pok.: 22.09 g; Sól: 7.59 g; WW: 33.07 Por; : 15.29 %; : 65.16 %; Ener. z T: 16.95 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 2677.7 mg;

W-wa- PIM MSWiA Aspirynowa

- Śniadanie: Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Filet z kurczaka gotowany 40 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,
- Obiad: Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Filet z kurczaka gotowany 80 g , Makaron 180 g (GLU PSZ,), Dynia z wody 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,
- Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Twarożek 80 g (MLE,), Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,
- PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Schab gotowany 30 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1747.05 kcal; Białko ogółem: 91.44 g; Tłuszcz: 36.4 g; Kw. tł. nasy.: 18.47 g; Węglowodany ogółem: 270.99 g; W tym cukry: 47.37 g; Błonnik pok.: 21.97 g; Sól: 5.37 g; WW: 24.88 Por; : 20.93 %; : 57.01 %; Ener. z T: 18.75 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 2681.05 mg;

W-wa- PIM MSWiA Niskopurynowa

- Śniadanie: Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Konserwa sterylizowana sojowa z papryką 80 g (SOJ, GOR,), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,
- Obiad: Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Makaron z warzywami i serem żółtym* 300 g (GLU PSZ, MLE,), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,
- Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Serek Fromage 100 g (GLU PSZ, MLE,), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,
- PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (SOJ, GOR,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2755.27 kcal; Białko ogółem: 75.31 g; Tłuszcz: 115.2 g; Kw. tł. nasy.: 49.19 g; Węglowodany ogółem: 361.01 g; W tym cukry: 59.52 g; Błonnik pok.: 26.16 g; Sól: 9.11 g; WW: 33.57 Por; : 10.93 %; : 48.61 %; Ener. z T: 37.63 %; Ener. z Bł.: 1.9 %; K: 2501.41 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2024-03-05

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Położniczo-ciężowa

- Śniadanie: Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE), Chleb pełnoziarnisty 100 g (GLUPSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 40 g (GLUPSZ, SOJ, MLE), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- II ŚN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml,
- Obiad: Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLUPSZ, SEL), Makaron 180 g (GLUPSZ), Szynka wieprzowa gotowana 80 g, Sos szpinakowy* 80 ml (GLUPSZ), Dynia z wody 130 g, Brokuł gotowany* 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,
- PD: Maślanka 150 ml (MLE), Wafle ryżowe 30 g,
- Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT), Chleb pełnoziarnisty 50 g (GLUPSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), Dżem 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 5 g (MLE), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g, Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2655.65 kcal; Białko ogółem: 115.84 g; Tłuszcz: 57.46 g; Kw. tł. nasy.: 24.53 g; Węglowodany ogółem: 429.26 g; W tym cukry: 101.83 g; Błonnik pok.: 25.06 g; Sól: 10.63 g; WW: 40.44 Por; : 17.45 %; : 60.88 %; Ener. z T: 19.47 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 3660.31 mg;

W-wa- PIM MSWiA Wegetariańska

- Śniadanie: Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Konserwa sterylizowana sojowa z papryką 80 g (SOJ, GOR), Ogórek kiszony 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- Obiad: Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL), Makaron z warzywami i serem żółtym* 300 g (GLUPSZ, MLE), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,
- Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT), Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Serek Fromage 100 g (GLUPSZ, MLE), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 5 g (MLE), Paszтет sojowy z pomidorami 50 g (SOJ, GOR), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2700.97 kcal; Białko ogółem: 71.29 g; Tłuszcz: 115.26 g; Kw. tł. nasy.: 49.24 g; Węglowodany ogółem: 354.32 g; W tym cukry: 59.16 g; Błonnik pok.: 33 g; Sól: 9.67 g; WW: 32.22 Por; : 10.56 %; : 47.59 %; Ener. z T: 38.41 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 2584.51 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa

- Śniadanie: Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE), Chleb bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 10 g (MLE), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ), Jabłko pieczone 150 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- Obiad: Solferino (bez glutenu, mleka)* 400 ml (SEL), Szynka wieprzowa gotowana 80 g, Sos szpinakowy (bez glutenu)* 80 ml, Ziemniaki gotowane 180 g, Dynia z wody 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,
- Kolacja: Chleb bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 10 g (MLE), Schab gotowany 50 g, Dżem 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- PN: Chleb bezglutenowy 500 g, Masło extra 82% 5 g (MLE), Schab gotowany 30 g, Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 3327.45 kcal; Białko ogółem: 93.71 g; Tłuszcz: 81.65 g; Kw. tł. nasy.: 24.52 g; Węglowodany ogółem: 549.83 g; W tym cukry: 101.7 g; Błonnik pok.: 17.02 g; Sól: 2.92 g; WW: 53.23 Por; : 11.26 %; : 64.05 %; Ener. z T: 22.08 %; Ener. z Bł.: 1.02 %; K: 4312.36 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa bezmleczna

- Śniadanie: Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml, Chleb bezglutenowy 100 g, Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g, Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ), Jabłko pieczone 150 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- Obiad: Solferino (bez glutenu, mleka)* 400 ml (SEL), Szynka wieprzowa gotowana 80 g, Sos szpinakowy (bez glutenu)* 80 ml, Ziemniaki gotowane 180 g, Dynia z wody 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2024-03-05

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 , Schab gotowany 50 g , Dżem 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Chleb bezglutenowy 50 g , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g , Schab gotowany 30 g , Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2052.98 kcal; Białko ogółem: 81.41 g; Tłuszcz: 54.4 g; Kw. tł. nasy.: 13.6 g; Węglowodany ogółem: 311.43 g; W tym cukry: 88.4 g; Błonnik pok.: 16.55 g; Sól: 2.66 g; WW: 29.42 Por; : 15.86 %; : 57.45 %; Ener. z T: 23.85 %; Ener. z Bł.: 1.61 %; K: 3894.31 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezmleczna

Śniadanie: Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (**GLU PSZ.**), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g , Szyńka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (**SOJ.**), Jabłko pieczone 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

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

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (**GLU PSZ, GLU ŻYT.**), Bułka pszenna długa krojona 50 g (**GLU PSZ.**), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g , Schab gotowany 50 g , Dżem 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (**GLU PSZ, GLU ŻYT.**), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g , Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g , Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2213.27 kcal; Białko ogółem: 97.9 g; Tłuszcz: 40.04 g; Kw. tł. nasy.: 11.47 g; Węglowodany ogółem: 374.13 g; W tym cukry: 90.14 g; Błonnik pok.: 22.69 g; Sól: 7.41 g; WW: 35.15 Por; : 17.69 %; : 63.52 %; Ener. z T: 16.28 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 2824.5 mg;

W-wa- PIM MSWiA Rozdrobniona/Mielona

Śniadanie: Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (**MLE.**), Bułka pszenna długa krojona 100 g (**GLU PSZ.**), Masło extra 82% 10 g (**MLE.**), mielona Szyńka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 40 g (**GLU PSZ, SOJ, MLE.**), Jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Solferino (bez mleka)* 400 ml (**GLU PSZ, SEL.**), Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 80 g (**GLU PSZ.**), Ziemniaki gotowane puree 180 g (**MLE.**), Dynia z wody 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 150 g (**GLU PSZ.**), Masło extra 82% 10 g (**MLE.**), mielona 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 ,

PN: Bułka pszenna długa krojona 50 g (**GLU PSZ.**), Masło extra 82% 5 g (**MLE.**), mielona Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2295.51 kcal; Białko ogółem: 87.77 g; Tłuszcz: 52.27 g; Kw. tł. nasy.: 22.67 g; Węglowodany ogółem: 377.4 g; W tym cukry: 104.17 g; Błonnik pok.: 20.92 g; Sól: 8.11 g; WW: 35.72 Por; : 15.29 %; : 62.12 %; Ener. z T: 20.49 %; Ener. z Bł.: 1.82 %; K: 3738.44 mg;

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

Śniadanie: Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (**MLE.**), Bułka pszenna długa krojona 30 g (**GLU PSZ.**), Masło extra 82% 5 g (**MLE.**), Szyńka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 20 g (**GLU PSZ, SOJ, MLE.**), Ogórek kiszony 40 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,

II ŚN: Herbatniki 30 g (**GLU PSZ, SOJ, MLE.**),

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

PD: Mandarynka 150 g ,

Kolacja: Kasza manna na mleku 150 ml (**GLU PSZ, MLE.**), Bułka pszenna długa krojona 30 g (**GLU PSZ.**), Masło extra 82% 5 g (**MLE.**), Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (**SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.**), Pomidor 40 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,

PN: Bułka pszenna długa krojona 30 g (**GLU PSZ.**), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g , Ser żółty 30 g (**MLE.**), Sałata zielona 10 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2024-03-05

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1485.11 kcal; Białko ogółem: 67.06 g; Tłuszcz: 43.96 g; Kw. tł. nasy.: 19.08 g; Węglowodany ogółem: 213.31 g; W tym cukry: 69.33 g; Błonnik pok.: 13.75 g; Sól: 4.83 g; WW: 19.97 Por; : 18.06 %; : 53.75 %; Ener. z T: 26.64 %; Ener. z Bł.: 1.85 %; K: 2130.36 mg;

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

Śniadanie: Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE), Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE), Ogórek kiszony 50 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

II ŚN: Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE),

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

PD: Mandarynka 150 g,

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), Pomidor 50 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

PN: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 5 g (MLE), Ser żółty 30 g (MLE), Sałata zielona 10 g

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1683.65 kcal; Białko ogółem: 76.7 g; Tłuszcz: 54.02 g; Kw. tł. nasy.: 26.03 g; Węglowodany ogółem: 231.88 g; W tym cukry: 72.12 g; Błonnik pok.: 16.03 g; Sól: 5.8 g; WW: 21.61 Por; : 18.22 %; : 51.28 %; Ener. z T: 28.88 %; Ener. z Bł.: 1.9 %; K: 2583.24 mg;

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

Śniadanie: Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE), Ogórek kiszony 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

II ŚN: Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE),

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

PD: Mandarynka 150 g,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

PN: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 5 g (MLE), Ser żółty 30 g (MLE), Sałata zielona 10 g

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1932.02 kcal; Białko ogółem: 87.15 g; Tłuszcz: 58.54 g; Kw. tł. nasy.: 27.47 g; Węglowodany ogółem: 274.73 g; W tym cukry: 77.71 g; Błonnik pok.: 19.2 g; Sól: 7.71 g; WW: 25.57 Por; : 18.04 %; : 52.91 %; Ener. z T: 27.27 %; Ener. z Bł.: 1.99 %; K: 2887.82 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 gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE), Jabłko pieczone 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml,

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

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

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

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), Mus z jabłek () b/c 80 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2024-03-05

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Transplantologia

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 ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2227.09 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 51.35 g; Kw. tł. nasy.: 24.7 g; Węglowodany ogółem: 351.85 g; W tym cukry: 43.3 g; Błonnik pok.: 26.65 g; Sól: 10.78 g; WW: 32.45 Por; : 17.77 %; : 58.41 %; Ener. z T: 20.75 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 2888.61 mg;

W-wa- PIM MSWiA Specjalna

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 50 g (**GLU PSZ.**), Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 40 g (**GLU PSZ, SOJ, MLE.**), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

II ŚN: Bułka pszenna długa krojona 50 g (**GLU PSZ.**), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g ,

Obiad: Solferino (bez mleka)* 400 ml (**GLU PSZ, SEL.**), Szynka wieprzowa gotowana 60 g , Ziemniaki gotowane 180 g , Dynia z wody 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

PD: Wafle ryżowe 30 g ,

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 50 g (**GLU PSZ.**), 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.**), Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Bułka pszenna długa krojona 50 g (**GLU PSZ.**), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g , Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1475.69 kcal; Białko ogółem: 75.98 g; Tłuszcz: 13.73 g; Kw. tł. nasy.: 4.09 g; Węglowodany ogółem: 269.81 g; W tym cukry: 52.38 g; Błonnik pok.: 18.77 g; Sól: 7.55 g; WW: 25.15 Por; : 20.59 %; : 68.05 %; Ener. z T: 8.37 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 3552.16 mg;

W-wa- PIM MSWiA Cukrzyca oszczędzająca

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

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

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

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

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (**GLU PSZ, GLU ŻYT.**), Masło extra 82% 10 g (**MLE.**), Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (**SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.**), Mus z jabłek () b/c 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (**GLU PSZ, GLU ŻYT.**), Masło extra 82% 5 g (**MLE.**), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g , Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2101.17 kcal; Białko ogółem: 94.69 g; Tłuszcz: 45.37 g; Kw. tł. nasy.: 24.2 g; Węglowodany ogółem: 339.57 g; W tym cukry: 44.19 g; Błonnik pok.: 29.09 g; Sól: 11.05 g; WW: 31.05 Por; : 18.03 %; : 59.11 %; Ener. z T: 19.44 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 3850.59 mg;