

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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							
2024-05-27 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLUŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLUPSZ, GLUŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ, GLUŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 150 ml (GLUPSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony osłonce niejadalnej 20 g (SOJ) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 200 ml (GLUPSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony osłonce niejadalnej 30 g (SOJ) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml						
		II SN		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLUŻYT) Ser żółty 30 g (MLE) Ogórek świeży 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt									
Obiad	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLUPSZ, SOJ, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL) Gulasz warzywny z tofu dieta* (drobiowy) 80 g (GLUPSZ, JAJ, SEL) Sos koperkowy * 80 ml (GLUPSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL) Pulpet mięsno-warzywny* (drobiowy) 80 g (GLUPSZ, JAJ, SEL) Sos koperkowy * 80 ml (GLUPSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 130 g Fasolka szparagowa z wodą* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLUPSZ, SOJ, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 130 g Fasolka szparagowa z wodą* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL) Pulpet mięsno-warzywny* (drobiowy) 80 g (GLUPSZ, JAJ, SEL) Sos koperkowy * 80 ml (GLUPSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 200 ml (MLE, SEL) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLUPSZ, SOJ, SEL) Ziemniaki gotowane 120 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLUPSZ, SOJ, SEL) Ziemniaki gotowane 120 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLUPSZ, SOJ, SEL) Ziemniaki gotowane 140 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml							
	PD	Maślanka 150 ml (MLE) Jabłko 150 g		Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE)											
Kolejka	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLUŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLUŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szprot w sosie pomidorowym 100 g (RYB, SEL) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLUŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ, GLUŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szprot w sosie pomidorowym 100 g (RYB, SEL) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLUŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek półtusty 100 g (MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLUPSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtusty 40 g (MLE) Papryka świeża 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twaróg półtusty 50 g (MLE) Papryka świeża 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twaróg półtusty 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 (GLUPSZ, GLUŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLUPSZ, SOJ) Sałata zielona 10 g		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLUPSZ, SOJ) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLUŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLUPSZ, SOJ) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLUŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLUPSZ, SOJ) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLUPSZ, SOJ) Sałata zielona 10 g								
Wartość energetyczna: 2149.84 kcal; Białko ogółem: 70.11 g; Tłuszcz: 63.78 g; Kw. tł. nasy.: 26.57 g; Węglowodany ogółem: 340.70 g; W tym cukry: 68.06 g; Błonnik pok.: 35.17 g; Sól: 8.67 g;		Wartość energetyczna: 2180.71 kcal; Białko ogółem: 79.70 g; Tłuszcz: 61.48 g; Kw. tł. nasy.: 24.95 g; Węglowodany ogółem: 339.95 g; W tym cukry: 69.70 g; Błonnik pok.: 27.29 g; Sól: 8.36 g;		Wartość energetyczna: 2204.31 kcal; Białko ogółem: 89.87 g; Tłuszcz: 60.00 g; Kw. tł. nasy.: 25.36 g; Węglowodany ogółem: 336.97 g; W tym cukry: 67.72 g; Błonnik pok.: 22.62 g; Sól: 7.26 g;		Wartość energetyczna: 2097.49 kcal; Białko ogółem: 81.15 g; Tłuszcz: 70.30 g; Kw. tł. nasy.: 31.10 g; Węglowodany ogółem: 309.55 g; W tym cukry: 56.95 g; Błonnik pok.: 48.44 g; Sól: 8.34 g;		Wartość energetyczna: 2194.99 kcal; Białko ogółem: 88.49 g; Tłuszcz: 60.13 g; Kw. tł. nasy.: 25.64 g; Węglowodany ogółem: 336.67 g; W tym cukry: 66.38 g; Błonnik pok.: 25.82 g; Sól: 8.22 g;		Wartość energetyczna: 1484.19 kcal; Białko ogółem: 54.88 g; Tłuszcz: 42.60 g; Kw. tł. nasy.: 17.51 g; Węglowodany ogółem: 226.64 g; W tym cukry: 85.02 g; Błonnik pok.: 16.91 g; Sól: 4.13 g;		Wartość energetyczna: 1580.85 kcal; Białko ogółem: 55.61 g; Tłuszcz: 51.79 g; Kw. tł. nasy.: 22.97 g; Węglowodany ogółem: 230.09 g; W tym cukry: 88.37 g; Błonnik pok.: 18.15 g; Sól: 4.50 g;		Wartość energetyczna: 1891.57 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 58.88 g; Kw. tł. nasy.: 26.13 g; Węglowodany ogółem: 275.11 g; W tym cukry: 97.64 g; Błonnik pok.: 21.65 g; Sól: 5.48 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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.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
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 drobiowy z dodatkiem surowców wędzarskich pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Ogórek świeży 80 g Sałata 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 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 mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Jabłko pieczone 150 g Sałata 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) mielona Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Jabłko pieczone 150 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. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Ogórek świeży 80 g Sałata 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) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Jabłko pieczone 150 g Sałata 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) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Ogórek świeży 40 g Sałata 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) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Ogórek świeży 50 g Sałata 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) Jabłko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Papryka świeża 50 g
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				Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Papryka świeża 50 g
Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makarony 180 g (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makarony 180 g (GLU PSZ) Dymna z wody 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makarony pełnoziarniste 180 g (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g Brokuł gotowany* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makarony 180 g (GLU PSZ) Dymna z wody 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makarony 180 g (GLU PSZ) Dymna z wody 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Bitka wieprzowa z szynki duszona 60 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makarony 100 g (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makarony 120 g (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makarony 140 g (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
PD				Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Gruszka 150 g			Gruszka 150 g	
Kolejaga	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 wędziny 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	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 wędziny 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	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wędziny 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-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wędziny 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	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wędziny 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	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 wędziny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 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	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wędziny 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	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wędziny 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	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	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g	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	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		Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Sałata zielona 10 g	
	Wartość energetyczna: 2389.55 kcal; Białko ogółem: 99.97 g; Tłuszcz: 73.27 g; Kw. tł. nasy.: 30.37 g; Węglowodany ogółem: 347.56 g; W tym cukry: 56.12 g; Błonnik pok.: 28.32 g; Sól: 9.46 g;	Wartość energetyczna: 2374.07 kcal; Białko ogółem: 91.63 g; Tłuszcz: 52.62 g; Kw. tł. nasy.: 22.25 g; Węglowodany ogółem: 392.92 g; W tym cukry: 101.44 g; Błonnik pok.: 24.33 g; Sól: 9.62 g;	Wartość energetyczna: 2411.35 kcal; Białko ogółem: 91.70 g; Tłuszcz: 52.46 g; Kw. tł. nasy.: 22.56 g; Węglowodany ogółem: 401.29 g; W tym cukry: 101.44 g; Błonnik pok.: 19.84 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2253.59 kcal; Białko ogółem: 105.02 g; Tłuszcz: 72.86 g; Kw. tł. nasy.: 28.55 g; Węglowodany ogółem: 314.49 g; W tym cukry: 46.32 g; Błonnik pok.: 47.17 g; Sól: 8.88 g;	Wartość energetyczna: 2394.07 kcal; Białko ogółem: 94.43 g; Tłuszcz: 52.82 g; Kw. tł. nasy.: 22.22 g; Węglowodany ogółem: 394.32 g; W tym cukry: 102.64 g; Błonnik pok.: 22.83 g; Sól: 8.97 g;	Wartość energetyczna: 1710.01 kcal; Białko ogółem: 76.34 g; Tłuszcz: 56.82 g; Kw. tł. nasy.: 25.09 g; Węglowodany ogółem: 232.72 g; W tym cukry: 64.59 g; Błonnik pok.: 15.92 g; Sól: 4.76 g;	Wartość energetyczna: 1930.35 kcal; Białko ogółem: 96.02 g; Tłuszcz: 68.75 g; Kw. tł. nasy.: 30.59 g; Węglowodany ogółem: 252.99 g; W tym cukry: 67.56 g; Błonnik pok.: 18.26 g; Sól: 5.64 g;	Wartość energetyczna: 2181.12 kcal; Białko ogółem: 96.47 g; Tłuszcz: 73.29 g; Kw. tł. nasy.: 32.03 g; Węglowodany ogółem: 296.51 g; W tym cukry: 73.79 g; Błonnik pok.: 21.49 g; Sól: 7.04 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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							
2024-05-29 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, PSZ, GLU ŻYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU PSZ, SOJ) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU PSZ, SOJ) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Płat szynkowy - produkt 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 ŻYT, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU PSZ, SOJ) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU PSZ, SOJ) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 130 ml (MLE, GLU OW, PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt 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 200 ml (MLE, GLU OW, PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Płat szynkowy - produkt 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, PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Płat szynkowy - produkt 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 ŚN	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE)												
Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL, PSZ, JAJ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Salatka szwedzka z olejem b/c 130 g (GOR) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL, PSZ, JAJ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Salatka 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, PSZ, JAJ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Salatka 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, PSZ, JAJ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Salatka szwedzka z olejem b/c 130 g (GOR) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL, PSZ, JAJ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 60 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 100 g Salatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa z ziemniakami* 200 ml (GLU PSZ, SEL, PSZ, JAJ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 120 g Salatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL, PSZ, JAJ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 140 g Salatka szwedzka z olejem b/c 130 g (GOR) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL, PSZ, JAJ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 140 g Salatka szwedzka z olejem b/c 130 g (GOR) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL, PSZ, JAJ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 140 g Salatka 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) Jabłko 150 g													
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Salatka wiosenna 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) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 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) 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 ŻYT, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Salatka wiosenna 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) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 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) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Salatka wiosenna 40 g Salata 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) Salatka wiosenna 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) Ser żółty 50 g (MLE) Salatka wiosenna 80 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) Ser żółty 50 g (MLE) Salatka wiosenna 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) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw oslonce niejadalnej 30 g (SOJ) Salata zielona 10 g													
Wartość energetyczna:		Wartość energetyczna:		Wartość energetyczna:		Wartość energetyczna:		Wartość energetyczna:							
2359.93 kcal; Białko ogółem: 91.75 g; Tłuszcz: 75.02 g; Kw. tł. nasy.: 33.17 g; Węglowodany ogółem: 346.25 g; W tym cukry: 57.45 g; Błonnik pok.: 32.30 g; Sól: 10.72 g;		2235.32 kcal; Białko ogółem: 96.70 g; Tłuszcz: 49.96 g; Kw. tł. nasy.: 24.69 g; Węglowodany ogółem: 368.00 g; W tym cukry: 86.12 g; Błonnik pok.: 22.60 g; Sól: 7.61 g;		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;		2328.20 kcal; Białko ogółem: 103.69 g; Tłuszcz: 81.23 g; Kw. tł. nasy.: 33.36 g; Węglowodany ogółem: 320.02 g; W tym cukry: 44.57 g; Błonnik pok.: 47.00 g; Sól: 10.19 g;		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;		1452.75 kcal; Białko ogółem: 60.95 g; Tłuszcz: 48.71 g; Kw. tł. nasy.: 22.72 g; Węglowodany ogółem: 200.32 g; W tym cukry: 68.48 g; Błonnik pok.: 13.92 g; Sól: 5.63 g;		1697.27 kcal; Białko ogółem: 69.93 g; Tłuszcz: 61.51 g; Kw. tł. nasy.: 30.15 g; Węglowodany ogółem: 225.19 g; W tym cukry: 72.05 g; Błonnik pok.: 16.30 g; Sól: 6.42 g;		1970.00 kcal; Białko ogółem: 80.08 g; Tłuszcz: 69.47 g; Kw. tł. nasy.: 33.53 g; Węglowodany ogółem: 267.26 g; W tym cukry: 78.52 g; Błonnik pok.: 20.04 g; Sól: 7.97 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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 Nisko tłuszczowa	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
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) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Ogórek świeży 80 g Sałata 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 ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Jabłko pieczone 150 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) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (MLE) Bulka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 20 g (SOJ.) Ogórek świeży 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Bulka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Ogórek świeży 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Ogórek świeży 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.) Paszтет sojowy z pomidorami 50 g (SOJ, GOR) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Gruszka 150 g	
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 80 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane 180 g Cukinia pieczona z olejem * 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE) Cukinia pieczona z olejem * 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 200 ml (GLU PSZ, SEL) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	
	PD			Gruszka 150 g Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JE CZ.)			Bulka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Papryka świeża 50 g	
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	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka 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.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bulka 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.) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	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 b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka 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.) 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.) Bulka 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	Bulka 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 30 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	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	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g		Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	Masło extra 82% 5 g (MLE) Bulka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	Bulka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g
	Wartość energetyczna: 2085.79 kcal; Białko ogółem: 78.74 g; Tłuszcz: 52.11 g; Kw. tł. nasy.: 23.22 g; Węglowodany ogółem: 339.29 g; W tym cukry: 59.69 g; Błonnik pok.: 28.73 g; Sól: 8.90 g;	Wartość energetyczna: 2163.74 kcal; Białko ogółem: 79.07 g; Tłuszcz: 51.10 g; Kw. tł. nasy.: 22.38 g; Węglowodany ogółem: 359.30 g; W tym cukry: 70.61 g; Błonnik pok.: 25.16 g; Sól: 8.94 g;	Wartość energetyczna: 2240.70 kcal; Białko ogółem: 87.13 g; Tłuszcz: 59.27 g; Kw. tł. nasy.: 23.04 g; Węglowodany ogółem: 350.37 g; W tym cukry: 71.29 g; Błonnik pok.: 19.70 g; Sól: 7.89 g;	Wartość energetyczna: 2127.25 kcal; Białko ogółem: 81.31 g; Tłuszcz: 67.11 g; Kw. tł. nasy.: 21.56 g; Węglowodany ogółem: 318.84 g; W tym cukry: 40.12 g; Błonnik pok.: 50.86 g; Sól: 8.94 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: 1724.93 kcal; Białko ogółem: 69.81 g; Tłuszcz: 48.41 g; Kw. tł. nasy.: 20.48 g; Węglowodany ogółem: 241.42 g; W tym cukry: 67.94 g; Błonnik pok.: 17.34 g; Sól: 4.44 g;	Wartość energetyczna: 1724.93 kcal; Białko ogółem: 69.14 g; Tłuszcz: 55.27 g; Kw. tł. nasy.: 25.04 g; Węglowodany ogółem: 247.30 g; W tym cukry: 70.18 g; Błonnik pok.: 18.41 g; Sól: 4.78 g;	Wartość energetyczna: 1863.75 kcal; Białko ogółem: 75.97 g; Tłuszcz: 56.68 g; Kw. tł. nasy.: 25.25 g; Węglowodany ogółem: 273.43 g; W tym cukry: 71.61 g; Błonnik pok.: 20.48 g; Sól: 6.30 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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.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	
2024-05-31 piątek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</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 Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor b/skórki 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, ŻYT,</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>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, 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 ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</u>) Szynka Płastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Siupki z marchewki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Banan 150 g	
2024-05-31 piątek	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 100 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	
		PD		Płatki owsiane 10 g (<u>GLU, OW,</u>) Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)			Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)		
2024-05-31 piątek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</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>) Banan 150 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>) Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</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>) Banan 150 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 ze szczypiorkiem 80 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 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 ze szczypiorkiem 100 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
		PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa 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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU, PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa 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>) Szynkowa 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>) Szynkowa 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2340.07 kcal; Białko ogółem: 99.85 g; Tłuszcz: 59.18 g; Kw. tł. nasy.: 24.84 g; Węglowodany ogółem: 366.85 g; W tym cukry: 93.38 g; Błonnik pok.: 33.45 g; Sól: 8.25 g;	Wartość energetyczna: 2372.56 kcal; Białko ogółem: 104.63 g; Tłuszcz: 58.25 g; Kw. tł. nasy.: 24.72 g; Węglowodany ogółem: 368.17 g; W tym cukry: 87.78 g; Błonnik pok.: 24.67 g; Sól: 7.72 g;	Wartość energetyczna: 2288.96 kcal; Białko ogółem: 99.85 g; Tłuszcz: 49.65 g; Kw. tł. nasy.: 21.66 g; Węglowodany ogółem: 370.63 g; W tym cukry: 88.94 g; Błonnik pok.: 21.62 g; Sól: 7.40 g;	Wartość energetyczna: 2075.68 kcal; Białko ogółem: 107.42 g; Tłuszcz: 61.51 g; Kw. tł. nasy.: 23.38 g; Węglowodany ogółem: 293.88 g; W tym cukry: 35.45 g; Błonnik pok.: 43.28 g; Sól: 8.08 g;	Wartość energetyczna: 2277.60 kcal; Białko ogółem: 97.81 g; Tłuszcz: 49.55 g; Kw. tł. nasy.: 21.71 g; Węglowodany ogółem: 370.79 g; W tym cukry: 88.28 g; Błonnik pok.: 23.88 g; Sól: 8.05 g;	Wartość energetyczna: 1615.43 kcal; Białko ogółem: 73.39 g; Tłuszcz: 41.97 g; Kw. tł. nasy.: 18.62 g; Węglowodany ogółem: 243.15 g; W tym cukry: 110.90 g; Błonnik pok.: 15.26 g; Sól: 3.79 g;	Wartość energetyczna: 1730.83 kcal; Białko ogółem: 75.25 g; Tłuszcz: 49.61 g; Kw. tł. nasy.: 23.68 g; Węglowodany ogółem: 253.60 g; W tym cukry: 110.90 g; Błonnik pok.: 16.96 g; Sól: 4.02 g;	Wartość energetyczna: 2159.15 kcal; Białko ogółem: 97.95 g; Tłuszcz: 59.67 g; Kw. tł. nasy.: 26.61 g; Węglowodany ogółem: 318.01 g; W tym cukry: 118.83 g; Błonnik pok.: 23.47 g; Sól: 5.91 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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.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	
2024-06-01 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) Ser żółty 50 g (MLE) 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, parzony osłonce niejadalnej 40 g (SOJ.) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 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, parzony osłonce niejadalnej 40 g (SOJ.) Jabłko pieczone 150 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) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony 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, parzony osłonce niejadalnej 40 g (SOJ.) Jabłko pieczone 150 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) Ser żółty 30 g (MLE) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser żółty 40 g (MLE) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Sałata 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) Ser żółty 50 g (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.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Niespodzianka 1 szt		
	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.) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Kasza bulgur 180 g (GLU PSZ.) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 130 g Kalańfort gotowany* 60 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 140 g (GLU JEJCZ.) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
		PD			Jabłko 150 g Maślanka 150 ml (MLE)		Arbuz 150 g		
	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 80 g Sałata zielona 20 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 razowy żytnio-pszenny 100 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 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.) 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.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 30 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 50 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) Jajko 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.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)
		Wartość energetyczna: 2504.58 kcal; Białko ogółem: 105.15 g; Tłuszcz: 75.79 g; Kw. tł. nasy.: 32.38 g; Węglowodany ogółem: 367.41 g; W tym cukry: 61.93 g; Błonnik pok.: 33.90 g; Sól: 9.86 g;	Wartość energetyczna: 2316.56 kcal; Białko ogółem: 88.63 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: 87.86 g; Tłuszcz: 54.82 g; Kw. tł. nasy.: 23.17 g; Węglowodany ogółem: 336.26 g; W tym cukry: 83.15 g; Błonnik pok.: 20.91 g; Sól: 6.08 g;	Wartość energetyczna: 2343.11 kcal; Białko ogółem: 111.22 g; Tłuszcz: 74.71 g; Kw. tł. nasy.: 26.10 g; Węglowodany ogółem: 325.77 g; W tym cukry: 43.00 g; Błonnik pok.: 47.08 g; Sól: 9.82 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: 82.82 g; Błonnik pok.: 25.01 g; Sól: 7.18 g;	Wartość energetyczna: 1561.94 kcal; Białko ogółem: 70.14 g; Tłuszcz: 48.39 g; Kw. tł. nasy.: 20.26 g; Węglowodany ogółem: 218.89 g; W tym cukry: 65.98 g; Błonnik pok.: 14.10 g; Sól: 4.83 g;	Wartość energetyczna: 1837.71 kcal; Białko ogółem: 78.85 g; Tłuszcz: 62.22 g; Kw. tł. nasy.: 27.56 g; Węglowodany ogółem: 250.18 g; W tym cukry: 77.10 g; Błonnik pok.: 17.82 g; Sól: 5.51 g;	Wartość energetyczna: 2148.86 kcal; Białko ogółem: 96.21 g; Tłuszcz: 71.99 g; Kw. tł. nasy.: 31.71 g; Węglowodany ogółem: 290.25 g; W tym cukry: 83.82 g; Błonnik pok.: 20.61 g; Sól: 6.99 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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.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	
2024-06-02 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Banan 150 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) mielona Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Banan 150 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 ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Banan 150 g Mix sałat 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>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Papryka świeża 40 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Papryka świeża 50 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Baton szynkowy z kurczak 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt		
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pulpet drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 130 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 60 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 130 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 60 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 200 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 100 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 120 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 140 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD			Kefir 2,0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)			Banan 150 g		
	Kolejaga	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 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>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>) Pomidor 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>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 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>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
	PN	Chałka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chałka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 10 g		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chałka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)			
		Wartość energetyczna: 2418.20 kcal; Białko ogółem: 118.17 g; Tłuszcz: 73.77 g; Kw. tł. nasy.: 28.19 g; Węglowodany ogółem: 335.76 g; W tym cukry: 71.29 g; Błonnik pok.: 27.17 g; Sól: 7.62 g;	Wartość energetyczna: 2366.92 kcal; Białko ogółem: 119.70 g; Tłuszcz: 73.66 g; Kw. tł. nasy.: 28.26 g; Węglowodany ogółem: 372.30 g; W tym cukry: 92.53 g; Błonnik pok.: 24.20 g; Sól: 7.86 g;	Wartość energetyczna: 2366.92 kcal; Białko ogółem: 95.11 g; Tłuszcz: 54.45 g; Kw. tł. nasy.: 21.91 g; Węglowodany ogółem: 385.74 g; W tym cukry: 95.22 g; Błonnik pok.: 22.06 g; Sól: 6.14 g;	Wartość energetyczna: 2301.88 kcal; Białko ogółem: 124.21 g; Tłuszcz: 81.18 g; Kw. tł. nasy.: 28.30 g; Węglowodany ogółem: 290.67 g; W tym cukry: 36.69 g; Błonnik pok.: 43.26 g; Sól: 10.09 g;	Wartość energetyczna: 2553.36 kcal; Białko ogółem: 116.49 g; Tłuszcz: 69.96 g; Kw. tł. nasy.: 27.06 g; Węglowodany ogółem: 378.93 g; W tym cukry: 94.33 g; Błonnik pok.: 24.49 g; Sól: 7.17 g;	Wartość energetyczna: 1826.00 kcal; Białko ogółem: 90.10 g; Tłuszcz: 56.32 g; Kw. tł. nasy.: 19.98 g; Węglowodany ogółem: 248.17 g; W tym cukry: 106.72 g; Błonnik pok.: 13.47 g; Sól: 3.29 g;	Wartość energetyczna: 1962.73 kcal; Białko ogółem: 96.71 g; Tłuszcz: 65.77 g; Kw. tł. nasy.: 25.68 g; Węglowodany ogółem: 255.64 g; W tym cukry: 108.37 g; Błonnik pok.: 14.62 g; Sól: 3.80 g;	Wartość energetyczna: 2242.14 kcal; Białko ogółem: 110.60 g; Tłuszcz: 71.28 g; Kw. tł. nasy.: 27.61 g; Węglowodany ogółem: 301.23 g; W tym cukry: 118.15 g; Błonnik pok.: 17.92 g; Sól: 4.76 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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.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
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. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. 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. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. 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. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, 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 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 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. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. 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. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. 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. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. 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. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. 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.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 30 g (MLE) Rzodkiew biała 50 g		
Obiad	Barszcz czerwony z botwinką i 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 Mięso drobiowe mielone w sosie wł 80 g (GLU PSZ) Szpinak gotowany z olejem* 130 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami (*) 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 Szpinak gotowany z olejem* 60 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowo-porczezkowy* 100 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z botwinką i 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 czerwony z botwinką i 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		
PD				Maślanka 150 ml (MLE) Jabłko 150 g		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) Ser żółty 50 g (MLE) Ogórek świeży 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) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Dynia z wody 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) Dynia 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) Ser żółty 50 g (MLE) Ogórek świeży 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) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Dynia 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 świeży 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 świeży 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 świeży 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.) 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.) Sałata zielona 10 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.) Sałata zielona 10 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.) Sałata zielona 10 g
	Wartość energetyczna: 2599.90 kcal; Białko ogółem: 98.45 g; Tłuszcz: 71.89 g; Kw. tł. nasy.: 33.66 g; Węglowodany ogółem: 405.35 g; W tym cukry: 105.58 g; Błonnik pok.: 27.66 g; Sól: 8.70 g;	Wartość energetyczna: 2243.34 kcal; Białko ogółem: 73.88 g; Tłuszcz: 44.28 g; Kw. tł. nasy.: 22.15 g; Węglowodany ogółem: 396.74 g; W tym cukry: 109.11 g; Błonnik pok.: 26.61 g; Sól: 7.68 g;	Wartość energetyczna: 2338.00 kcal; Białko ogółem: 96.23 g; Tłuszcz: 56.73 g; Kw. tł. nasy.: 23.21 g; Węglowodany ogółem: 367.95 g; W tym cukry: 92.96 g; Błonnik pok.: 19.79 g; Sól: 6.90 g;	Wartość energetyczna: 2263.10 kcal; Białko ogółem: 98.10 g; Tłuszcz: 71.05 g; Kw. tł. nasy.: 30.08 g; Węglowodany ogółem: 330.21 g; W tym cukry: 46.50 g; Błonnik pok.: 52.16 g; Sól: 8.66 g;	Wartość energetyczna: 2263.34 kcal; Białko ogółem: 76.68 g; Tłuszcz: 44.48 g; Kw. tł. nasy.: 22.12 g; Węglowodany ogółem: 398.14 g; W tym cukry: 110.31 g; Błonnik pok.: 25.11 g; Sól: 7.03 g;	Wartość energetyczna: 2036.18 kcal; Białko ogółem: 87.22 g; Tłuszcz: 59.10 g; Kw. tł. nasy.: 26.89 g; Węglowodany ogółem: 296.29 g; W tym cukry: 110.23 g; Błonnik pok.: 13.39 g; Sól: 4.30 g;	Wartość energetyczna: 2188.34 kcal; Białko ogółem: 88.27 g; Tłuszcz: 69.12 g; Kw. tł. nasy.: 33.43 g; Węglowodany ogółem: 311.93 g; W tym cukry: 121.40 g; Błonnik pok.: 15.05 g; Sól: 4.66 g;	Wartość energetyczna: 2414.69 kcal; Białko ogółem: 98.04 g; Tłuszcz: 75.07 g; Kw. tł. nasy.: 36.78 g; Węglowodany ogółem: 346.64 g; W tym cukry: 126.72 g; Błonnik pok.: 17.81 g; Sól: 6.16 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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.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
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 Sałata 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 Sałata 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) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szyńska 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 Sałata 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) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyńska tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR) Pomidor b/skórki 80 g Sałata 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) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 40 g Sałata 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) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 50 g Sałata 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) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) 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) 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 mleką)* 400 ml (GLU, PSZ, SEL) Filet z kurczaka pieczony 80 g (GLU, PSZ) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU, PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka wykwinna z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleką)* 400 ml (GLU, PSZ, SEL) Filet z kurczaka pieczony 80 g (GLU, PSZ) 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 mleką)* 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 mleką)* 400 ml (GLU, PSZ, SEL) Filet z kurczaka pieczony 80 g (GLU, PSZ) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU, PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka wykwinna z olejem b/c 130 g Kalafor gotowany* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleką)* 400 ml (GLU, PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Filet z kurczaka pieczony 80 g (GLU, PSZ) 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 mleką)* 200 ml (GLU, PSZ, SEL) Filet z kurczaka pieczony 50 g (GLU, PSZ) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU, PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleką)* 300 ml (GLU, PSZ, SEL) Filet z kurczaka pieczony 50 g (GLU, PSZ) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU, PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 120 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleką)* 300 ml (GLU, PSZ, SEL) Filet z kurczaka pieczony 80 g (GLU, PSZ) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU, PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka wykwinna z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
PD				Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT, GLU, JECZ) Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)			Kefir 2.0% tł 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) Szyńska dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałatka wiosenna 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) Szyńska dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jabłko pieczone 150 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 Szyńska dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.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) Szyńska dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałatka wiosenna 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) Szyńska dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jabłko pieczone 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) Szyńska dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałatka wiosenna 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) Szyńska dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałatka wiosenna 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) Szyńska dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałatka wiosenna 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		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ) 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 Sałata zielona 10 g		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		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
	Wartość energetyczna: 2173.16 kcal; Białko ogółem: 95.03 g; Tłuszcz: 62.31 g; Kw. tł. nasy.: 23.44 g; Węglowodany ogółem: 322.74 g; W tym cukry: 59.90 g; Błonnik pok.: 30.23 g; Sól: 9.48 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: 2140.96 kcal; Białko ogółem: 102.90 g; Tłuszcz: 68.09 g; Kw. tł. nasy.: 23.61 g; Węglowodany ogółem: 296.79 g; W tym cukry: 27.22 g; Błonnik pok.: 40.28 g; Sól: 10.52 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: 1473.06 kcal; Białko ogółem: 69.74 g; Tłuszcz: 43.62 g; Kw. tł. nasy.: 15.36 g; Węglowodany ogółem: 208.07 g; W tym cukry: 77.96 g; Błonnik pok.: 14.34 g; Sól: 5.00 g;	Wartość energetyczna: 1553.79 kcal; Białko ogółem: 68.10 g; Tłuszcz: 50.58 g; Kw. tł. nasy.: 19.91 g; Węglowodany ogółem: 215.10 g; W tym cukry: 80.41 g; Błonnik pok.: 15.80 g; Sól: 5.19 g;	Wartość energetyczna: 1966.53 kcal; Białko ogółem: 91.48 g; Tłuszcz: 63.16 g; Kw. tł. nasy.: 23.06 g; Węglowodany ogółem: 269.09 g; W tym cukry: 87.39 g; Błonnik pok.: 21.27 g; Sól: 6.86 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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.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	
2024-06-05 środa	Sniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLUOW,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a' la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLUOW,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a' la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE) Dżem 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLUOW,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a' la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE) Dżem 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a' la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLUOW,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a' la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE) Dżem 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 150 ml (MLE, GLUOW,) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Serek a' la homogenizowany 50 g (MLE) Pomidor 40 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLUOW,) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a' la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLUOW,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a' la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
					Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ,) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Gruszka 150 g		
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej * 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 JEJCZ,) Cukinia gotowana z pomidorami* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* 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 JEJCZ,) Cukinia gotowana z pomidorami* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* 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 JEJCZ,) Cukinia gotowana z pomidorami* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty białej * 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 JEJCZ,) Cukinia gotowana z pomidorami* 60 g Surówka z marchwi z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/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 JEJCZ,) Cukinia gotowana z pomidorami* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* 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 JEJCZ,) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty białej * 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 JEJCZ,) Surówka z marchwi z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty białej * 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 JEJCZ,) Surówka z marchwi z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
					Maślanka 150 ml (MLE) Gruszka 150 g		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Paprykarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ,) Ogórek świeży 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) 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) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml 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 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) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Paprykarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ,) Ogórek świeży 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) 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) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml 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) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Ogórek świeży 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) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Ogórek świeży 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) 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) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
							Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wiewprzowa wędzona 30 g (SOJ,) Sałata zielona 10 g		
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wiewprzowa wędzona 30 g (SOJ,) Sałata zielona 10 g	Masło extra 82% 5 g (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Szynka Ojca Grzegorza wiewprzowa wędzona 30 g (SOJ,) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wiewprzowa wędzona 30 g (SOJ,) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wiewprzowa wędzona 30 g (SOJ,) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wiewprzowa wędzona 30 g (SOJ,) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wiewprzowa wędzona 30 g (SOJ,) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wiewprzowa wędzona 30 g (SOJ,) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wiewprzowa wędzona 30 g (SOJ,) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2397.60 kcal; Białko ogółem: 92.53 g; Tłuszcz: 70.72 g; Kw. tł. nasy.: 25.37 g; Węglowodany ogółem: 364.71 g; W tym cukry: 67.41 g; Błonnik pok.: 35.34 g; Sól: 9.41 g;	Wartość energetyczna: 2481.76 kcal; Białko ogółem: 88.46 g; Tłuszcz: 54.06 g; Kw. tł. nasy.: 23.30 g; Węglowodany ogółem: 420.38 g; W tym cukry: 114.41 g; Błonnik pok.: 23.54 g; Sól: 9.26 g;	Wartość energetyczna: 2522.08 kcal; Białko ogółem: 94.61 g; Tłuszcz: 54.44 g; Kw. tł. nasy.: 23.21 g; Węglowodany ogółem: 422.13 g; W tym cukry: 116.81 g; Błonnik pok.: 18.94 g; Sól: 7.63 g;	Wartość energetyczna: 2308.54 kcal; Białko ogółem: 100.09 g; Tłuszcz: 73.10 g; Kw. tł. nasy.: 22.93 g; Węglowodany ogółem: 337.29 g; W tym cukry: 53.88 g; Błonnik pok.: 49.37 g; Sól: 9.72 g;	Wartość energetyczna: 2308.54 kcal; Białko ogółem: 91.26 g; Tłuszcz: 54.26 g; Kw. tł. nasy.: 23.27 g; Węglowodany ogółem: 421.78 g; W tym cukry: 115.61 g; Błonnik pok.: 22.04 g; Sól: 8.61 g;	Wartość energetyczna: 1457.04 kcal; Białko ogółem: 64.07 g; Tłuszcz: 36.08 g; Kw. tł. nasy.: 16.51 g; Węglowodany ogółem: 227.76 g; W tym cukry: 74.66 g; Błonnik pok.: 18.01 g; Sól: 4.27 g;	Wartość energetyczna: 1632.79 kcal; Białko ogółem: 67.90 g; Tłuszcz: 51.33 g; Kw. tł. nasy.: 22.91 g; Węglowodany ogółem: 235.01 g; W tym cukry: 81.03 g; Błonnik pok.: 20.76 g; Sól: 4.96 g;	Wartość energetyczna: 1944.99 kcal; Białko ogółem: 84.95 g; Tłuszcz: 58.52 g; Kw. tł. nasy.: 25.55 g; Węglowodany ogółem: 281.50 g; W tym cukry: 88.04 g; Błonnik pok.: 25.15 g; Sól: 6.50 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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.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
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) mielona Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Jabłko pieczone 150 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 ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Jabłko pieczone 150 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Banan 150 g	
Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Sos boloński z mięsa wieprz top* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z rzodkwi i jabłka z olejem () b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sos boloński z mięsa wieprz top* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sos boloński z mięsa wieprz top* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z rzodkwi i jabłka z olejem () 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 (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z mięsa wieprz top* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z mięsa wieprz top* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 200 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sos boloński z mięsa wieprz top* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z rzodkwi i jabłka z olejem () b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sos boloński z mięsa wieprz top* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 140 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z rzodkwi i jabłka z olejem () b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sos boloński z mięsa wieprz top* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 140 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z rzodkwi i jabłka z olejem () b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
PD				Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)			Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasztet z fasoli* 100 g (<u>JAJ</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 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>) mielona Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ</u>) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasztet z fasoli* 100 g (<u>JAJ</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ</u>) Pomidor b/skórki 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>) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ</u>) Papryka świeża 50 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>) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ</u>) Papryka świeża 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Sałata zielona 10 g	Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) mielona Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 10 g	Sałata zielona 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u>)
	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; Sól: 7.83 g;	Wartość energetyczna: 2187.32 kcal; Białko ogółem: 84.51 g; Tłuszcz: 48.75 g; Kw. tł. nasy.: 21.41 g; Węglowodany ogółem: 361.55 g; W tym cukry: 69.15 g; Błonnik pok.: 22.76 g; Sól: 9.00 g;	Wartość energetyczna: 2276.03 kcal; Białko ogółem: 88.58 g; Tłuszcz: 54.92 g; Kw. tł. nasy.: 21.52 g; Węglowodany ogółem: 368.79 g; W tym cukry: 76.94 g; Błonnik pok.: 22.90 g; Sól: 7.55 g;	Wartość energetyczna: 2407.34 kcal; Białko ogółem: 102.77 g; Tłuszcz: 74.41 g; Kw. tł. nasy.: 24.94 g; Węglowodany ogółem: 351.36 g; W tym cukry: 35.92 g; Błonnik pok.: 55.39 g; Sól: 7.55 g;	Wartość energetyczna: 2256.83 kcal; Białko ogółem: 85.33 g; Tłuszcz: 54.75 g; Kw. tł. nasy.: 21.59 g; Węglowodany ogółem: 368.64 g; W tym cukry: 75.81 g; Błonnik pok.: 26.10 g; Sól: 8.52 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; Sól: 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; Sól: 4.30 g;	Wartość energetyczna: 1887.91 kcal; Białko ogółem: 67.73 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; Sól: 6.04 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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.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
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) Twarożek 80 g (MLE) Jabłko 150 g Sałata 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 Sałata 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	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Jabłko 150 g Sałata 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 Sałata 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 Sałata 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 Sałata 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 Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
	II ŚN			Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Łopatka zbojnicka wędziona 30 g (SOJ.) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Jabłko 150 g	
Obiad	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL, GLU JEJCZ.) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty młodej z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL, GLU JEJCZ.) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB.) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL, GLU JEJCZ.) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty młodej z olejem 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 JEJCZ.) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB.) Warzywa po grecku* 130 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 200 ml (MLE, SEL, GLU JEJCZ.) 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 JEJCZ.) 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 JEJCZ.) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB.) Warzywa po grecku* 130 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 140 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	
	PD			Maślanka 150 ml (MLE) Słupki z marchewki 50 g			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) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Ogórek świeży 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) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Cukinia pieczona z olejem* 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 Szyńska Konserwowa wędziona, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (SOJ.) Cukinia pieczona z olejem* 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) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Ogórek świeży 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) Szyńska Konserwowa wędziona, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (SOJ.) Cukinia pieczona z olejem* 80 g Sałata 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.) Ogórek świeży 40 g Sałata 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.) Ogórek świeży 50 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) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
	FN	Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędziona 30 g (SOJ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Sałata zielona 10 g	Masło extra 82% 5 g (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędziona 30 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędziona 30 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędziona 30 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędziona 30 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędziona 30 g (SOJ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędziona 30 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g
	Wartość energetyczna: 2219.50 kcal; Białko ogółem: 93.42 g; Tłuszcz: 58.66 g; Kw. tł. nasy.: 24.06 g; Węglowodany ogółem: 343.83 g; W tym cukry: 74.65 g; Błonnik pok.: 31.44 g; Sól: 7.72 g;	Wartość energetyczna: 2309.26 kcal; Białko ogółem: 96.37 g; Tłuszcz: 57.18 g; Kw. tł. nasy.: 23.85 g; Węglowodany ogółem: 365.27 g; W tym cukry: 91.08 g; Błonnik pok.: 22.59 g; Sól: 7.34 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: 2062.08 kcal; Białko ogółem: 100.75 g; Tłuszcz: 59.12 g; Kw. tł. nasy.: 21.80 g; Węglowodany ogółem: 303.74 g; W tym cukry: 48.77 g; Błonnik pok.: 44.74 g; Sól: 8.15 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: 1375.59 kcal; Białko ogółem: 63.37 g; Tłuszcz: 34.84 g; Kw. tł. nasy.: 15.20 g; Węglowodany ogółem: 267.72 g; W tym cukry: 86.13 g; Błonnik pok.: 14.51 g; Sól: 3.34 g;	Wartość energetyczna: 1463.78 kcal; Białko ogółem: 61.58 g; Tłuszcz: 41.81 g; Kw. tł. nasy.: 19.73 g; Węglowodany ogółem: 216.64 g; W tym cukry: 88.52 g; Błonnik pok.: 15.86 g; Sól: 3.46 g;	Wartość energetyczna: 1757.32 kcal; Białko ogółem: 79.11 g; Tłuszcz: 47.37 g; Kw. tł. nasy.: 21.79 g; Węglowodany ogółem: 261.27 g; W tym cukry: 97.06 g; Błonnik pok.: 19.15 g; Sól: 4.40 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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.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
Śniadanie	Kasza jęczmienna 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) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (SOJ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (SOJ,) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ,) 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,) Dżem 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) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (SOJ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (SOJ,) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ,) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU, PSZ, SOJ,) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ,) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU, PSZ, SOJ,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU, PSZ, 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,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Rzodkiew biała 50 g			
Obiad	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL,) Bitka schabowa 80 g (GLU, PSZ,) Sos własny () 80 ml (GLU, PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU, PSZ, SEL,) Bitka schabowa 80 g (GLU, PSZ,) Sos własny () 80 ml (GLU, PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane 180 g Szpinaż gotowany z olejem* 130 g (GLU, PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym * b/mleka 400 ml (GLU, PSZ, SEL,) Bitka schabowa 80 g (GLU, PSZ,) Sos własny () 80 ml (GLU, PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane 180 g Szpinaż gotowany z olejem* 60 g (GLU, PSZ,) Surówka wielowarzynna z olejem b/c 130 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU, PSZ, SEL,) Bitka schabowa 80 g (GLU, PSZ,) Sos własny () 80 ml (GLU, PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane 180 g Szpinaż gotowany z olejem* 130 g (GLU, PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 200 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL,) Bitka schabowa 60 g (GLU, PSZ,) Sos własny () 80 ml (GLU, PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane 100 g Surówka wielowarzynna z olejem b/c 130 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL,) Bitka schabowa 60 g (GLU, PSZ,) Sos własny () 80 ml (GLU, PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane 120 g Surówka wielowarzynna z olejem b/c 130 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL,) Bitka schabowa 80 g (GLU, PSZ,) Sos własny () 80 ml (GLU, PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane 140 g Surówka wielowarzynna z olejem b/c 130 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	
	PD			Maślanka 150 ml (MLE) Jabłko 150 g	Jabłko 150 g			
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) Jabłko 150 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) Serek a'la homogenizowany 100 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, ŻYT,) 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, ŻYT,) 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) Ser żółty 30 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) Ser żółty 40 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, ŻYT,) 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
	PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SO2,)		Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SO2,) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (może zawierać: GLU, PSZ, MLE, GOR,) Sałata zielona 10 g	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SO2,) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SO2,)	
	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: 113.72 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: 2154.59 kcal; Białko ogółem: 104.59 g; Tłuszcz: 68.89 g; Kw. tł. nasy.: 26.23 g; Węglowodany ogółem: 301.36 g; W tym cukry: 57.52 g; Błonnik pok.: 45.30 g; Sól: 8.21 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: 113.72 g; Błonnik pok.: 19.98 g; Sól: 6.91 g;	Wartość energetyczna: 1921.23 kcal; Białko ogółem: 88.58 g; Tłuszcz: 65.11 g; Kw. tł. nasy.: 27.51 g; Węglowodany ogółem: 254.27 g; W tym cukry: 81.44 g; Błonnik pok.: 19.38 g; Sól: 5.31 g;	Wartość energetyczna: 2021.84 kcal; Białko ogółem: 88.47 g; Tłuszcz: 74.35 g; Kw. tł. nasy.: 33.56 g; Węglowodany ogółem: 259.77 g; W tym cukry: 82.93 g; Błonnik pok.: 20.63 g; Sól: 5.59 g;	Wartość energetyczna: 2256.82 kcal; Białko ogółem: 101.15 g; Tłuszcz: 81.30 g; Kw. tł. nasy.: 36.34 g; Węglowodany ogółem: 291.83 g; W tym cukry: 85.43 g; Błonnik pok.: 23.60 g; Sól: 6.70 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,