

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-17

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa

Śniadanie: Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,), Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,), Ogórek kiszony 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Pieczarkowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Szyunka wieprzowa gotowana 80 g, Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ,), Makaron 180 g (GLU PSZ,), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,

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

Wartości odżywcze: E: 2013.1 kcal; B: 88.5 g; T: 51.54 g; Kw. tł. nasy.: 21 g; W: 311.08 g; W tym cukry: 54.23 g; Bł.: 26.17 g; Sól: 9.17 g; WW: 28.51 Por; Ener. z B: 17.58 %; Ener. z W: 56.61 %; Ener. z T: 23.04 %; Ener. z Bł.: 2.6 %; K: 2862.92 mg;

W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna

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

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

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ,), Dżem 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Wartości odżywcze: E: 2090.8 kcal; B: 82.35 g; T: 39.59 g; Kw. tł. nasy.: 18.45 g; W: 359.63 g; W tym cukry: 101.26 g; Bł.: 22.35 g; Sól: 7.87 g; WW: 33.73 Por; Ener. z B: 15.76 %; Ener. z W: 64.53 %; Ener. z T: 17.04 %; Ener. z Bł.: 2.14 %; K: 2757.16 mg;

W-wa- PIM MSWiA III Kleikowa

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

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

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

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

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

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

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

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-17

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), mielona Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ,), Dżem 80 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2209.87 kcal; B: 81.49 g; T: 47.33 g; Kw. tł. nasy.: 19.31 g; W: 371.92 g; W tym cukry: 103.25 g; Bł.: 18.94 g; Sól: 6.67 g; WW: 35.3 Por; Ener. z B: 14.75 %; Ener. z W: 63.89 %; Ener. z T: 19.28 %; Ener. z Bł.: 1.71 %; K: 2772.46 mg;

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

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

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

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

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

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

PN: Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLUPSZ, SOJ,), Sałata zielona 10 g ,

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

W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa

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

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

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ,), Dżem 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2110.8 kcal; B: 85.15 g; T: 39.79 g; Kw. tł. nasy.: 18.42 g; W: 361.03 g; W tym cukry: 102.46 g; Bł.: 20.85 g; Sól: 7.22 g; WW: 34.03 Por; Ener. z B: 16.14 %; Ener. z W: 64.46 %; Ener. z T: 16.96 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 2869.16 mg;

W-wa- PIM MSWiA S1 Niskobiałkowa/Ziemniaczana

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

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-17

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA S1 Niskobiałkowa/Ziemniaczana

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

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), paluszki ziemniaczane 200 g (GLU PSZ, JAJ,), Pomidor 80 g , Dżem 30 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1677.22 kcal; B: 39.65 g; T: 57.08 g; Kw. tł. nasy.: 20.07 g; W: 260.7 g; W tym cukry: 79 g; Bł.: 23.04 g; Sól: 3.73 g; WW: 23.76 Por; Ener. z B: 9.46 %; Ener. z W: 56.68 %; Ener. z T: 30.63 %; Ener. z Bł.: 2.75 %; K: 3788.55 mg;

W-wa- PIM MSWiA S3 Niskofosforanowa

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

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

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

Wartości odżywcze: E: 1877.75 kcal; B: 85.45 g; T: 34.96 g; Kw. tł. nasy.: 15.45 g; W: 311.91 g; W tym cukry: 90.73 g; Bł.: 18.23 g; Sól: 4.01 g; WW: 29.31 Por; Ener. z B: 18.2 %; Ener. z W: 62.56 %; Ener. z T: 16.76 %; Ener. z Bł.: 1.94 %; K: 2917.23 mg;

W-wa- PIM MSWiA S4 Alergiczna

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

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

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

Wartości odżywcze: E: 1554.04 kcal; B: 68.03 g; T: 32.7 g; Kw. tł. nasy.: 6.78 g; W: 248.04 g; W tym cukry: 54.93 g; Bł.: 13.66 g; Sól: 2.29 g; WW: 23.42 Por; Ener. z B: 17.51 %; Ener. z W: 60.33 %; Ener. z T: 18.94 %; Ener. z Bł.: 1.76 %; K: 2850.57 mg;

W-wa- PIM MSWiA S5 Płynna/Sonda

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

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

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

Wartości odżywcze: E: 1345.26 kcal; B: 59.51 g; T: 58.23 g; Kw. tł. nasy.: 30.55 g; W: 151.44 g; W tym cukry: 54.96 g; Bł.: 10.9 g; Sól: 1.38 g; WW: 14.02 Por; Ener. z B: 17.69 %; Ener. z W: 41.79 %; Ener. z T: 38.96 %; Ener. z Bł.: 1.62 %; K: 2745.08 mg;

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

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

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

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

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-17

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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

Wartości odżywcze: E: 1413.81 kcal; B: 69.11 g; T: 55.51 g; Kw. tł. nasy.: 8.75 g; W: 167.86 g; W tym cukry: 42.76 g; Bł.: 16.01 g; Sól: 1.38 g; WW: 15.07 Por; Ener. z B: 19.55 %; Ener. z W: 42.96 %; Ener. z T: 35.34 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 3179.75 mg;

W-wa- PIM MSWiA S7 Niskosodowa

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

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

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

Wartości odżywcze: E: 2092.49 kcal; B: 100.95 g; T: 50.41 g; Kw. tł. nasy.: 22.07 g; W: 310.91 g; W tym cukry: 101.5 g; Bł.: 14.85 g; Sól: 1.12 g; WW: 29.53 Por; Ener. z B: 19.3 %; Ener. z W: 56.59 %; Ener. z T: 21.68 %; Ener. z Bł.: 1.42 %; K: 3143.01 mg;

W-wa- PIM MSWiA S8 Niskobiałkowa

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

Obiad: Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Szyńka wieprzowa gotowana 70 g, Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ,), Makaron 180 g (GLU PSZ,), Dynia z wody 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (SOJ,), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Dżem 30 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Wartości odżywcze: E: 1886.66 kcal; B: 69.79 g; T: 33.42 g; Kw. tł. nasy.: 15.14 g; W: 334.82 g; W tym cukry: 74.63 g; Bł.: 20.91 g; Sól: 6.41 g; WW: 31.39 Por; Ener. z B: 14.8 %; Ener. z W: 66.55 %; Ener. z T: 15.94 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 2658.36 mg;

W-wa- PIM MSWiA Aspirynowa

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

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

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Twarożek 80 g (MLE,), Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Wartości odżywcze: E: 1523.6 kcal; B: 78.05 g; T: 29.74 g; Kw. tł. nasy.: 14.81 g; W: 242.8 g; W tym cukry: 47.34 g; Bł.: 20.32 g; Sól: 4.46 g; WW: 22.23 Por; Ener. z B: 20.49 %; Ener. z W: 58.41 %; Ener. z T: 17.57 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 2502.95 mg;

W-wa- PIM MSWiA Niskopurynowa

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

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-17

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Niskopurynowa

Obiad: Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _), Makaron z warzywami i serem żółtym* 300 g (GLU PSZ, MLE, _), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml

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

Wartości odżywcze: E: 2407.34 kcal; B: 71 g; T: 87.75 g; Kw. tł. nasy.: 46.52 g; W: 338.02 g; W tym cukry: 59.4 g; Bł.: 21.45 g; Sól: 6.69 g; WW: 31.74 Por; Ener. z B: 11.8 %; Ener. z W: 52.6 %; Ener. z T: 32.81 %; Ener. z Bł.: 1.78 %; K: 2500.32 mg;

W-wa- PIM MSWiA Położniczo-ciężowa

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

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

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

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

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, _), Dżem 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2514.41 kcal; B: 102.09 g; T: 46.92 g; Kw. tł. nasy.: 20.81 g; W: 432.17 g; W tym cukry: 120.51 g; Bł.: 30.54 g; Sól: 9.19 g; WW: 40.15 Por; Ener. z B: 16.24 %; Ener. z W: 63.89 %; Ener. z T: 16.8 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 3784.96 mg;

W-wa- PIM MSWiA Wegetariańska

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

Obiad: Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _), Makaron z warzywami i serem żółtym* 300 g (GLU PSZ, MLE, _), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml

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

Wartości odżywcze: E: 2319.61 kcal; B: 63.21 g; T: 91.76 g; Kw. tł. nasy.: 45.12 g; W: 320.23 g; W tym cukry: 58.99 g; Bł.: 29.16 g; Sól: 7.75 g; WW: 29.19 Por; Ener. z B: 10.9 %; Ener. z W: 50.19 %; Ener. z T: 35.6 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 2565.17 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa

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

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-17

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa

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

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

Wartości odżywcze: E: 1969.84 kcal; B: 79.18 g; T: 51.61 g; Kw. tł. nasy.: 21.01 g; W: 299.41 g; W tym cukry: 101.53 g; Bł.: 16.83 g; Sól: 2.81 g; WW: 28.2 Por; Ener. z B: 16.08 %; Ener. z W: 57.38 %; Ener. z T: 23.58 %; Ener. z Bł.: 1.71 %; K: 4116.17 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa bezmleczna

Śniadanie: Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml , Chleb bezglutenowy 100 g , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g , Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,), Jabłko pieczone 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

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

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

Wartości odżywcze: E: 1830.77 kcal; B: 70.51 g; T: 46.08 g; Kw. tł. nasy.: 11.67 g; W: 286.04 g; W tym cukry: 88.26 g; Bł.: 16.36 g; Sól: 2.53 g; WW: 26.89 Por; Ener. z B: 15.41 %; Ener. z W: 58.92 %; Ener. z T: 22.65 %; Ener. z Bł.: 1.79 %; K: 3699.37 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezmleczna

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

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

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g , Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ,), Dżem 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1977.7 kcal; B: 76.76 g; T: 34.29 g; Kw. tł. nasy.: 9.1 g; W: 348.64 g; W tym cukry: 90.09 g; Bł.: 20.85 g; Sól: 7.01 g; WW: 32.76 Por; Ener. z B: 15.53 %; Ener. z W: 66.3 %; Ener. z T: 15.6 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 2511.66 mg;

W-wa- PIM MSWiA Rozdrobniona/Mielona

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

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

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), mielona Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ,), Dżem 80 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2094.04 kcal; B: 77.56 g; T: 47.14 g; Kw. tł. nasy.: 19.42 g; W: 348.03 g; W tym cukry: 103.54 g; Bł.: 20.02 g; Sól: 6.94 g; WW: 32.85 Por; Ener. z B: 14.82 %; Ener. z W: 62.66 %; Ener. z T: 20.26 %; Ener. z Bł.: 1.91 %; K: 3681.19 mg;

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

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-17

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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

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

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

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

PD: Gruszka 150 g,

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

Wartości odżywcze: E: 1312.55 kcal; B: 64.6 g; T: 35 g; Kw. tł. nasy.: 14.52 g; W: 191.33 g; W tym cukry: 68.14 g; Bł.: 13.57 g; Sól: 4.28 g; WW: 17.76 Por; Ener. z B: 19.69 %; Ener. z W: 54.17 %; Ener. z T: 24 %; Ener. z Bł.: 2.07 %; K: 2296.27 mg;

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

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

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

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

PD: Gruszka 150 g,

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

Wartości odżywcze: E: 1497.22 kcal; B: 72.65 g; T: 44.41 g; Kw. tł. nasy.: 19.74 g; W: 209.57 g; W tym cukry: 70.82 g; Bł.: 15.85 g; Sól: 5 g; WW: 19.36 Por; Ener. z B: 19.41 %; Ener. z W: 51.75 %; Ener. z T: 26.7 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 2747.9 mg;

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

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

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

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

PD: Gruszka 150 g,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-17

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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

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

Wartości odżywcze: E: 1776.12 kcal; B: 84.93 g; T: 51.02 g; Kw. tł. nasy.: 21.83 g; W: 253.42 g; W tym cukry: 76.41 g; Bł.: 19.1 g; Sól: 7.02 g; WW: 23.41 Por; Ener. z B: 19.13 %; Ener. z W: 52.77 %; Ener. z T: 25.86 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 3089.48 mg;

W-wa- PIM MSWiA Transplantologia

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

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

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

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

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

Wartości odżywcze: E: 2035.62 kcal; B: 90.1 g; T: 46.32 g; Kw. tł. nasy.: 21.43 g; W: 323.18 g; W tym cukry: 43.27 g; Bł.: 25 g; Sól: 9.28 g; WW: 29.73 Por; Ener. z B: 17.71 %; Ener. z W: 58.59 %; Ener. z T: 20.48 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 2887.36 mg;

W-wa- PIM MSWiA Cukrzyca oszczędzająca

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

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

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

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

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

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ,), Sałata zielona 10 g ,

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