

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: **Kuchnia Warszawa W w dniu: 2023-11-15**

Oddział: W-WA- PIM MSWiA TRANSPLANTOLOGIA

W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa

- Śniadanie: Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, _), Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g , Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,
- Obiad: Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ, _), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL, _), Ziemniaki 180 g , Surówka z ogórków kiszonych, cebuli 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, _), Paszтет z soczewicy * 80 g (JAJ, _), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,
- PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 5 g (MLE, _), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ, _), Sałata zielona 10 g ,
- Wartości odżywcze: E: 2312.63 kcal; B: 82.17 g; T: 63.1 g; Kw. tł. nasy.: 23.3 g; W: 369.88 g; W tym cukry: 59.41 g; Bł.: 33.22 g; Sól: 10.44 g; WW: 33.78 Por; Ener. z B: 14.21 %; Ener. z W: 58.23 %; Ener. z T: 24.56 %; Ener. z Bł.: 2.87 %; K: 3679.04 mg;

W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna

- Śniadanie: Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, _), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g , Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,
- Obiad: Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ, _), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL, _), Ziemniaki 180 g , Buraczki gotowane 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 a'la homogenizowany 100 g (MLE, _), Mus z jabłek prażonych 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, _), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ, _), Sałata zielona 10 g ,
- Wartości odżywcze: E: 2222.45 kcal; B: 90.82 g; T: 48.31 g; Kw. tł. nasy.: 23.94 g; W: 369.34 g; W tym cukry: 85.98 g; Bł.: 22.7 g; Sól: 8.11 g; WW: 34.72 Por; Ener. z B: 16.35 %; Ener. z W: 62.39 %; Ener. z T: 19.57 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 3445.43 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: Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, _), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), mielona Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Pomidor b/skórki 80 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,
- Obiad: Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ, _), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL, _), Ziemniaki 180 g , Buraczki gotowane 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Jadłospis dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa WIM Szaserów w dniu: 2023-11-15

Oddział: W-WA- PIM MSWiA TRANSPLANTOLOGIA

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

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), pasta z wędliny drobiowej 50 g (SOJ, GOR,), Mus z jabłek prażonych 80 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), mielona Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,),

Wartości odżywcze: E: 2202.36 kcal; B: 88.68 g; T: 47.82 g; Kw. tł. nasy.: 21.44 g; W: 365.79 g; W tym cukry: 83.52 g; Bł.: 19.46 g; Sól: 8.45 g; WW: 34.65 Por; Ener. z B: 16.11 %; Ener. z W: 62.9 %; Ener. z T: 19.54 %; Ener. z Bł.: 1.77 %; K: 3395.64 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,), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g , Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

II ŚN: Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLUPSZ, SOJ,), Słupki z marchewki 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

Obiad: Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLUPSZ, SEL,), Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLUPSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 80 ml (GLUPSZ, SEL,), Ziemniaki 180 g , Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 130 g , Cukinia pieczona z olejem * 60 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

PD: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,), Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLUPSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,),

Kolacja: Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Paszтет z soczewicy * 80 g (JAJ,), Papryka świeża 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,), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2292.1 kcal; B: 92.22 g; T: 69.07 g; Kw. tł. nasy.: 23.05 g; W: 346.16 g; W tym cukry: 30.75 g; Bł.: 47.47 g; Sól: 10.82 g; WW: 29.95 Por; Ener. z B: 16.09 %; Ener. z W: 52.13 %; Ener. z T: 27.12 %; Ener. z Bł.: 4.14 %; K: 4662.86 mg;

W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa

Śniadanie: Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g , Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLUPSZ, SEL,), Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLUPSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 80 ml (GLUPSZ, SEL,), Ziemniaki 180 g , Buraczki gotowane 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 (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 ,

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2221.79 kcal; B: 90.8 g; T: 48.31 g; Kw. tł. nasy.: 23.94 g; W: 369.2 g; W tym cukry: 85.88 g; Bł.: 22.66 g; Sól: 8.1 g; WW: 34.71 Por; Ener. z B: 16.35 %; Ener. z W: 62.39 %; Ener. z T: 19.57 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 3435.76 mg;

W-wa- PIM MSWiA S1 Niskobiałkowa/Ziemniaczana

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g , Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Miód (25g) 1 szt , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: **Kuchnia Warszawa WIM Szaserów w dniu: 2023-11-15**

Oddział: W-WA- PIM MSWiA TRANSPLANTOLOGIA

W-wa- PIM MSWiA S1 Niskobiałkowa/Ziemniaczana

Obiad: Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLUPSZ, SEL,), Placki ziemniaczane 300 g (GLUPSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 80 ml (GLUPSZ, SEL,), Buraczki gotowane 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Sałatka ziemniaczana - dieta 150 g (MLE,), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g , Dżem 30 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 1844.7 kcal; B: 40.77 g; T: 61.5 g; Kw. tł. nasy.: 18.73 g; W: 292.54 g; W tym cukry: 66.72 g; Bł.: 20.1 g; Sól: 4.31 g; WW: 27.33 Por; Ener. z B: 8.84 %; Ener. z W: 59.07 %; Ener. z T: 30.01 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 3637.38 mg;

W-wa- PIM MSWiA S3 Niskofosforanowa

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Schab gotowany 40 g , Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLUPSZ, SEL,), Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos jarzynowy * 80 ml (GLUPSZ, SEL,), Ziemniaki 180 g , Buraczki gotowane 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE,), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Schab gotowany 30 g , Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 1920.52 kcal; B: 103.41 g; T: 36.51 g; Kw. tł. nasy.: 19.42 g; W: 304.59 g; W tym cukry: 58.56 g; Bł.: 19.34 g; Sól: 4.61 g; WW: 28.63 Por; Ener. z B: 21.54 %; Ener. z W: 59.41 %; Ener. z T: 17.11 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 3876.13 mg;

W-wa- PIM MSWiA S4 Alergiczna

Śniadanie: Kasza jaglana na wodzie 300 ml , Chleb bezglutenowy 100 g , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g , Schab gotowany 40 g , 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 jarzynowy* (bez glutenu) 80 ml (SEL,), Ziemniaki 180 g , Buraczki gotowane 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 , Mus z jabłek prażonych 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Chleb bezglutenowy 50 g , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g , Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 1908.68 kcal; B: 76.72 g; T: 45.97 g; Kw. tł. nasy.: 10.3 g; W: 303.69 g; W tym cukry: 79.93 g; Bł.: 14.95 g; Sól: 2.93 g; WW: 28.85 Por; Ener. z B: 16.08 %; Ener. z W: 60.51 %; Ener. z T: 21.67 %; Ener. z Bł.: 1.57 %; K: 3074.02 mg;

W-wa- PIM MSWiA S5 Płynna/Sonda

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

II ŚN: Sonda S5 śn 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE,),

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

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

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: **Kuchnia Warszawa WIM Szaserów w dniu: 2023-11-15**

Oddział: W-WA- PIM MSWiA TRANSPLANTOLOGIA

W-wa- PIM MSWiA S5 Płynna/Sonda

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

PN: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2247.93 kcal; B: 98.29 g; T: 97.69 g; Kw. tł. nasy.: 51.7 g; W: 252.04 g; W tym cukry: 91.64 g; Bł.: 16.1 g; Sól: 2.35 g; WW: 23.56 Por; Ener. z B: 17.49 %; Ener. z W: 41.98 %; Ener. z T: 39.11 %; Ener. z Bł.: 1.43 %; K: 4352.81 mg;

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

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

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

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

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

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

PN: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2296.77 kcal; B: 107.49 g; T: 89.43 g; Kw. tł. nasy.: 13.71 g; W: 277.99 g; W tym cukry: 79.1 g; Bł.: 24.04 g; Sól: 2.14 g; WW: 25.21 Por; Ener. z B: 18.72 %; Ener. z W: 44.23 %; Ener. z T: 35.04 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 4703.26 mg;

W-wa- PIM MSWiA S7 Niskosodowa

Śniadanie: Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,), Chleb pszenno-żytni bez soli 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 40 g , Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Grysikowa z ziemniakami* b/soli 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez soli) 80 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy* (bez soli) 80 ml (GLU PSZ, SEL,), Ziemniaki (bez soli) 180 g , Buraczki gotowane 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,), Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE,), Mus z jabłek prażonych 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Chleb pszenno-żytni bez soli 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Schab gotowany (bez soli) 30 g , Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2029.68 kcal; B: 102.39 g; T: 45.33 g; Kw. tł. nasy.: 22.8 g; W: 310.48 g; W tym cukry: 84.96 g; Bł.: 15.05 g; Sól: 1.22 g; WW: 29.58 Por; Ener. z B: 20.18 %; Ener. z W: 58.22 %; Ener. z T: 20.1 %; Ener. z Bł.: 1.48 %; K: 3674.28 mg;

W-wa- PIM MSWiA S8 Niskobiałkowa

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 30 g , Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Miód (25g) 1 szt , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 70 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL,), Ziemniaki 180 g , Buraczki gotowane 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 a'la homogenizowany 50 g (MLE,), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g , Dżem 40 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa WIM Szaserów w dniu: 2023-11-15

Oddział: W-WA- PIM MSWiA TRANSPLANTOLOGIA

W-wa- PIM MSWiA S8 Niskobiałkowa

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 1971.03 kcal; B: 66.55 g; T: 38.9 g; Kw. tł. nasy.: 19.14 g; W: 349.55 g; W tym cukry: 70.79 g; Bł.: 21.99 g; Sól: 7.04 g; WW: 32.85 Por; Ener. z B: 13.51 %; Ener. z W: 66.47 %; Ener. z T: 17.76 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 3121.89 mg;

W-wa- PIM MSWiA Aspirynowa

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

Obiad: Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Filet z kurczaka gotowany 80 g , Ziemniaki 180 g , Buraczki gotowane 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb razowy żytnio-pszen 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Schab gotowany 50 g , Mus z jabłek prażonych 80 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,), Schab gotowany 30 g ,

Wartości odżywcze: E: 1766.56 kcal; B: 94.39 g; T: 34.24 g; Kw. tł. nasy.: 18.03 g; W: 283.94 g; W tym cukry: 65.8 g; Bł.: 23.06 g; Sól: 5.77 g; WW: 26.06 Por; Ener. z B: 21.37 %; Ener. z W: 59.07 %; Ener. z T: 17.44 %; Ener. z Bł.: 2.61 %; K: 3428.55 mg;

W-wa- PIM MSWiA Niskopurynowa

Śniadanie: Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE,), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Placki ziemniaczane 300 g (GLU PSZ, JAJ,), Buraczki gotowane 130 g , Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,), 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,), Pasztet z soczewicy* 80 g (JAJ,), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2718.18 kcal; B: 91.88 g; T: 90.79 g; Kw. tł. nasy.: 27.83 g; W: 396.83 g; W tym cukry: 77.89 g; Bł.: 28.27 g; Sól: 5.8 g; WW: 36.94 Por; Ener. z B: 13.52 %; Ener. z W: 54.24 %; Ener. z T: 30.06 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 4218.65 mg;

W-wa- PIM MSWiA Położniczo-ciężowa

Śniadanie: Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb razowy żytnio-pszen 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szykowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g , Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml , Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,),

II ŚN: Chleb razowy żytnio-pszen 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ,), Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL,), Ziemniaki 180 g , Cukinia pieczona z olejem* 130 g , Buraczki gotowane 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

PD: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,), Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa WIM Szaserów w dniu: 2023-11-15

Oddział: W-WA- PIM MSWiA TRANSPLANTOLOGIA

W-wa- PIM MSWiA Położniczo-ciężowa

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 a'la homogenizowany 100 g (MLE,), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2636.54 kcal; B: 103.9 g; T: 61.51 g; Kw. tł. nasy.: 25.54 g; W: 432.91 g; W tym cukry: 108.41 g; Bł.: 34.05 g; Sól: 10.26 g; WW: 40 Por; Ener. z B: 15.76 %; Ener. z W: 60.51 %; Ener. z T: 21 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 4538.6 mg;

W-wa- PIM MSWiA Wegetariańska

Śniadanie: Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,), 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,), Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE,), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Placki ziemniaczane 300 g (GLU PSZ, JAJ,), Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 130 g , Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,), 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,), Pasztet z soczewicy * 80 g (JAJ,), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2662.85 kcal; B: 86.93 g; T: 94.83 g; Kw. tł. nasy.: 28.16 g; W: 380.91 g; W tym cukry: 69.24 g; Bł.: 33.21 g; Sól: 8.05 g; WW: 34.85 Por; Ener. z B: 13.06 %; Ener. z W: 52.23 %; Ener. z T: 32.05 %; Ener. z Bł.: 2.49 %; K: 3983.75 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa

Śniadanie: Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE,), Chleb bezglutenowy 100 g , Masło extra 82% 10 g (MLE,), Filet z kurczaka gotowany 40 g , Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Wielowarzywna z ziemniakami *(bez glutenu, mleka) 400 ml (SEL,), Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 80 g (JAJ,), Sos jarzynowy*(bez glutenu) 80 ml (SEL,), Ziemniaki 180 g , Buraczki gotowane 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb bezglutenowy 100 g , Masło extra 82% 10 g (MLE,), Pasztet z soczewicy * 80 g (JAJ,), Mus z jabłek prażonych 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Chleb bezglutenowy 50 g , Masło extra 82% 5 g (MLE,), Schab gotowany 30 g , Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2189.19 kcal; B: 82.62 g; T: 63.83 g; Kw. tł. nasy.: 21.37 g; W: 329.74 g; W tym cukry: 83.22 g; Bł.: 18.87 g; Sól: 2.65 g; WW: 31.12 Por; Ener. z B: 15.1 %; Ener. z W: 56.8 %; Ener. z T: 26.24 %; Ener. z Bł.: 1.72 %; K: 4287.18 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa bezmleczna

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

Obiad: Wielowarzywna z ziemniakami *(bez glutenu, mleka) 400 ml (SEL,), Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 80 g (JAJ,), Sos jarzynowy*(bez glutenu) 80 ml (SEL,), Ziemniaki 180 g , Buraczki gotowane 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 , Pasztet z soczewicy * 80 g (JAJ,), Mus z jabłek prażonych 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa WIM Szaserów w dniu: 2023-11-15

Oddział: W-WA- PIM MSWiA TRANSPLANTOLOGIA

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa bezmleczna

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

Wartości odżywcze: E: 2078.47 kcal; B: 74.88 g; T: 58.32 g; Kw. tł. nasy.: 10.45 g; W: 322.44 g; W tym cukry: 70.59 g; Bł.: 19.11 g; Sól: 2.45 g; WW: 30.33 Por; Ener. z B: 14.41 %; Ener. z W: 58.37 %; Ener. z T: 25.25 %; Ener. z Bł.: 1.84 %; K: 3937.88 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezmleczna

Śniadanie: Kasza jaglana na wodzie 300 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g , Szykowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g , Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL,), Ziemniaki 180 g , Buraczki gotowane 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 , Szykna tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ, GOR,), Mus z jabłek prażonych 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2056.84 kcal; B: 75.88 g; T: 40.94 g; Kw. tł. nasy.: 10.39 g; W: 358.56 g; W tym cukry: 69.92 g; Bł.: 22.07 g; Sól: 8.91 g; WW: 33.64 Por; Ener. z B: 14.76 %; Ener. z W: 65.44 %; Ener. z T: 17.91 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 2947.84 mg;

W-wa- PIM MSWiA Rozdrobniona/Mielona

Śniadanie: Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), mielona Szykowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g , Mus z jabłek prażonych 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL,), Ziemniaki puree 180 g (MLE,), Buraczki gotowane 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,), Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE,), Mus z jabłek prażonych 80 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), mielona Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,),

Wartości odżywcze: E: 2357.94 kcal; B: 96.75 g; T: 48.41 g; Kw. tł. nasy.: 23.91 g; W: 400.65 g; W tym cukry: 123.59 g; Bł.: 19.66 g; Sól: 7.28 g; WW: 38.11 Por; Ener. z B: 16.41 %; Ener. z W: 64.63 %; Ener. z T: 18.48 %; Ener. z Bł.: 1.67 %; K: 3410.38 mg;

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

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Szykowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g , Pomidor 40 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml , Płatki owsiane na mleku 130 ml (MLE, GLU OW,),

II ŚN: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Ser żółty 30 g (MLE,), Słupki z marchewki 50 g ,

Obiad: Grysikowa z ziemniakami* 200 ml (GLU PSZ, SEL,), Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 60 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL,), Ziemniaki 100 g , Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml ,

PD: Jabłko 150 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa WIM Szaserów w dniu: 2023-11-15

Oddział: W-WA- PIM MSWiA TRANSPLANTOLOGIA

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

Kolacja: Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE,), Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE,), Papryka świeża 40 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml,

PN: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: E: 1582.28 kcal; B: 67.99 g; T: 49.57 g; Kw. tł. nasy.: 24.83 g; W: 224.76 g; W tym cukry: 65.42 g; Bł.: 16.13 g; Sól: 6.51 g; WW: 20.92 Por; Ener. z B: 17.19 %; Ener. z W: 52.74 %; Ener. z T: 28.2 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 2472.13 mg;

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

Śniadanie: Płatki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU OW,), Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g, Pomidor 50 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

II ŚN: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Ser żółty 30 g (MLE,), Słupki z marchewki 50 g,

Obiad: Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL,), Ziemniaki 120 g, Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,

PD: Jabłko 150 g,

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Serek a'la homogenizowany 70 g (MLE,), Papryka świeża 50 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

PN: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: E: 1809.33 kcal; B: 77.33 g; T: 59.67 g; Kw. tł. nasy.: 30.6 g; W: 250.73 g; W tym cukry: 69.93 g; Bł.: 18.6 g; Sól: 7.22 g; WW: 23.27 Por; Ener. z B: 17.1 %; Ener. z W: 51.32 %; Ener. z T: 29.68 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 2894.04 mg;

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

Śniadanie: Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g, Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

II ŚN: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Ser żółty 30 g (MLE,), Słupki z marchewki 50 g,

Obiad: Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL,), Ziemniaki 140 g, Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,

PD: Jabłko 150 g,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 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 z/c 300 ml,

PN: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: E: 2073.58 kcal; B: 89.68 g; T: 64.86 g; Kw. tł. nasy.: 32.7 g; W: 294.44 g; W tym cukry: 78.11 g; Bł.: 22.48 g; Sól: 8.57 g; WW: 27.28 Por; Ener. z B: 17.3 %; Ener. z W: 52.46 %; Ener. z T: 28.15 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 3402.02 mg;

W-wa- PIM MSWiA Transplantologia

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa WIM Szaserów w dniu: 2023-11-15

Oddział: W-WA- PIM MSWiA TRANSPLANTOLOGIA

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,), Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g , Mus z jabłek () b/c 80 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

II ŚN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ,), Dynia z wody 50 g ,

Obiad: Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL,), Ziemniaki 180 g , Cukinia pieczona z olejem * 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

PD: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,), Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml ,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE,), Jabłko pieczone 150 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,), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,),

Wartości odżywcze: E: 2240.96 kcal; B: 90.23 g; T: 56.83 g; Kw. tł. nasy.: 24.27 g; W: 352.41 g; W tym cukry: 51.95 g; Bł.: 26 g; Sól: 10.03 g; WW: 32.58 Por; Ener. z B: 16.11 %; Ener. z W: 58.26 %; Ener. z T: 22.82 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 3238.51 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,), Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g , Pomidor b/skórki 70 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

II ŚN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ,), Dynia z wody 50 g ,

Obiad: Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL,), Ziemniaki 180 g , Cukinia pieczona z olejem * 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

PD: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,), Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml ,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE,), Cukinia pieczona z olejem * 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,), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2188.31 kcal; B: 92.04 g; T: 60.16 g; Kw. tł. nasy.: 24.09 g; W: 328.97 g; W tym cukry: 42.5 g; Bł.: 23.63 g; Sól: 10.23 g; WW: 30.51 Por; Ener. z B: 16.82 %; Ener. z W: 55.81 %; Ener. z T: 24.74 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 3593.82 mg;