

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-25

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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, _), Serek a`la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE, _), Śliwka 150 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Kapuśniak z kapusty kiszonej * 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 JĘCZ, _), Surówka z marchwi z olejem b/c 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, _), Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL, _), Ogórek kiszony 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 (SOJ, GOR, _), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: E: 2411.9 kcal; B: 95.52 g; T: 61.39 g; Kw. tł. nasy.: 24.87 g; W: 386.04 g; W tym cukry: 76.72 g; Bł.: 37.55 g; Sól: 9.74 g; WW: 34.88 Por; Ener. z B: 15.84 %; Ener. z W: 57.79 %; Ener. z T: 22.91 %; Ener. z Bł.: 3.11 %; K: 3288.42 mg;

W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna

Śniadanie: Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, _), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Serek a`la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE, _), Dżem 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: 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 JĘCZ, _), Cukinia pieczona 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, _), Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL, _), Galaretko o smaku truskawkowym z owocami 200 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 (SOJ, GOR, _), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: E: 2579.27 kcal; B: 97.38 g; T: 54.04 g; Kw. tł. nasy.: 23.06 g; W: 436.57 g; W tym cukry: 88.57 g; Bł.: 27.11 g; Sól: 7.64 g; WW: 41.01 Por; Ener. z B: 15.1 %; Ener. z W: 63.5 %; Ener. z T: 18.86 %; Ener. z Bł.: 2.1 %; K: 2865.1 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, _), Serek a`la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE, _), Dżem 80 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (GLU PSZ, JAJ, _), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ, _), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL, _), Cukinia pieczona z olejem * 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-25

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 Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 50 g (GLUPSZ, SOJ, MLE,), Galaretko o smaku truskawkowym z owocami 200 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), mielona Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (SOJ, GOR,),

Wartości odżywcze: E: 2551.44 kcal; B: 100.33 g; T: 56.27 g; Kw. tł. nasy.: 23.63 g; W: 418.82 g; W tym cukry: 88.25 g; Bł.: 20.17 g; Sól: 7.11 g; WW: 39.94 Por; Ener. z B: 15.73 %; Ener. z W: 62.5 %; Ener. z T: 19.85 %; Ener. z Bł.: 1.58 %; K: 2806.95 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,), Serek a`la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE,), Śliwka 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

II ŚN: Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ,), Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

Obiad: Kapuśniak z kapusty kiszonej * 400 ml (GLUPSZ, SEL, GOR,), Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (GLUPSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 80 ml (GLUPSZ, SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ,), Cukinia pieczona z olejem * 60 g , Surówka z marchwi z olejem b/c 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

PD: Maślanka 150 ml (MLE,), Płatki owsiane 30 g (GLU OW,),

Kolacja: Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL,), Ogórek kiszony 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,), Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (SOJ, GOR,), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2354.96 kcal; B: 104.6 g; T: 65.34 g; Kw. tł. nasy.: 24.51 g; W: 360.48 g; W tym cukry: 54.03 g; Bł.: 50.17 g; Sól: 9.94 g; WW: 31.06 Por; Ener. z B: 17.77 %; Ener. z W: 52.71 %; Ener. z T: 24.97 %; Ener. z Bł.: 4.26 %; K: 4440.02 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,), Serek a`la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE,), Dżem 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL,), Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (GLUPSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 80 ml (GLUPSZ, SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ,), Cukinia pieczona z olejem * 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,), Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL,), Galaretko o smaku truskawkowym z owocami 200 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,), Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (SOJ, GOR,), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2609.27 kcal; B: 101.58 g; T: 54.34 g; Kw. tł. nasy.: 23.01 g; W: 438.67 g; W tym cukry: 90.37 g; Bł.: 24.86 g; Sól: 6.67 g; WW: 41.46 Por; Ener. z B: 15.57 %; Ener. z W: 63.44 %; Ener. z T: 18.74 %; Ener. z Bł.: 1.91 %; K: 3033.1 mg;

W-wa- PIM MSWiA S1 Niskobiałkowa/Ziemniaczana

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-25

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA S1 Niskobiałkowa/Ziemniaczana

- Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE,), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Dżem 30 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Kopytka ziemniaczane * 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL,), Surówka z marchwi z olejem b/c 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,), Sałatka ziemniaczana - dieta 150 g (MLE,), Galaretko o smaku truskawkowym z owocami 200 g, Sałata zielona 20 g, Miód (25g) 1 szt, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- PN: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (SOJ, GOR,), Sałata zielona 10 g,
- Wartości odżywcze: E: 2078.43 kcal; B: 50.65 g; T: 45.6 g; Kw. tł. nasy.: 20.35 g; W: 371.19 g; W tym cukry: 60.08 g; Bł.: 17.51 g; Sól: 3.33 g; WW: 35.46 Por; Ener. z B: 9.75 %; Ener. z W: 68.07 %; Ener. z T: 19.74 %; Ener. z Bł.: 1.68 %; K: 2599.45 mg;

W-wa- PIM MSWiA S3 Niskofosforanowa

- Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Serek a'la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE,), Dżem 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Filet z kurczaka gotowany 80 g, Ryż na sypko 180 g, Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL,), Cukinia pieczona 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,), Schab gotowany plastry 50 g, Galaretko o smaku truskawkowym z owocami 200 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,
- PN: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Filet z kurczaka gotowany 30 g, Sałata zielona 10 g,
- Wartości odżywcze: E: 2318.33 kcal; B: 107 g; T: 45 g; Kw. tł. nasy.: 19.82 g; W: 379.13 g; W tym cukry: 74.54 g; Bł.: 17.85 g; Sól: 5.27 g; WW: 36.21 Por; Ener. z B: 18.46 %; Ener. z W: 62.33 %; Ener. z T: 17.47 %; Ener. z Bł.: 1.54 %; K: 2834.4 mg;

W-wa- PIM MSWiA S4 Alergiczna

- Śniadanie: Ryż 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: Ziemniaczana *(bez glutenu, mleka) 400 ml (SEL,), Filet z kurczaka gotowany 80 g, Sos jarzynowy (bez glutenu, mleka) 80 ml (SEL,), Ryż na sypko 180 g, Cukinia pieczona z olejem * 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 plastry 50 g, Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml, 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, Filet z kurczaka gotowany 30 g, Sałata zielona 10 g,
- Wartości odżywcze: E: 2052.41 kcal; B: 81.05 g; T: 50.88 g; Kw. tł. nasy.: 9.46 g; W: 320.61 g; W tym cukry: 70.48 g; Bł.: 12.97 g; Sól: 2.02 g; WW: 30.8 Por; Ener. z B: 15.8 %; Ener. z W: 59.96 %; Ener. z T: 22.31 %; Ener. z Bł.: 1.26 %; K: 2893.76 mg;

W-wa- PIM MSWiA S5 Płynna/Sonda

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

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-25

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA S5 Płynna/Sonda

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

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

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

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

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

Wartości odżywcze: E: 2551.13 kcal; B: 118.51 g; T: 116.34 g; Kw. tł. nasy.: 61.04 g; W: 268 g; W tym cukry: 77.79 g; Bł.: 20.65 g; Sól: 2.69 g; WW: 24.66 Por; Ener. z B: 18.58 %; Ener. z W: 38.78 %; Ener. z T: 41.04 %; Ener. z Bł.: 1.62 %; K: 5399.55 mg;

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

Śniadanie: Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml , sonda śn b/ml 400 ml (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: Sonda jarzynowa S5 b/ml 600 g (JAJ, SEL, _),

Wartości odżywcze: E: 2688.23 kcal; B: 137.71 g; T: 110.9 g; Kw. tł. nasy.: 17.45 g; W: 300.84 g; W tym cukry: 53.39 g; Bł.: 30.87 g; Sól: 2.68 g; WW: 26.76 Por; Ener. z B: 20.49 %; Ener. z W: 40.17 %; Ener. z T: 37.13 %; Ener. z Bł.: 2.3 %; K: 6268.89 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, _), Schab gotowany (bez soli) 40 g , Dżem 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Ziemniaczana *(bez soli) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _), Pulpet drobiowy (bez soli) 80 g (GLU PSZ, JAJ, _), Kasza jęczmienna/sypko (bez soli) 180 g (GLU JĘCZ, _), Sos jarzynowy* (bez soli) 80 ml (GLU PSZ, SEL, _), Cukinia pieczona z olejem (bez 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, _), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ, _), Galaretko o smaku truskawkowym z owocami 200 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, _), Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 30 g , Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2357.53 kcal; B: 100.9 g; T: 64.2 g; Kw. tł. nasy.: 24.59 g; W: 348.4 g; W tym cukry: 82.71 g; Bł.: 15.23 g; Sól: 1.29 g; WW: 33.29 Por; Ener. z B: 17.12 %; Ener. z W: 56.53 %; Ener. z T: 24.51 %; Ener. z Bł.: 1.29 %; K: 2970.19 mg;

W-wa- PIM MSWiA S8 Niskobiałkowa

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE, _), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Dżem 30 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-25

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA S8 Niskobiałkowa

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Pieczeń rzymska drobiowa 70 g (GLU PSZ, JAJ, _), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL, _), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ, _), Cukinia pieczona z olejem * 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (RYB, SEL, _), Galaretko o smaku truskawkowym z owocami 200 g , Sałata zielona 20 g , Miód (25g) 1 szt , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 5 g (MLE, _), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (SOJ, GOR, _), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2067.77 kcal; B: 68.4 g; T: 43.48 g; Kw. tł. nasy.: 18.1 g; W: 359.77 g; W tym cukry: 57.88 g; Bł.: 21.89 g; Sól: 5.73 g; WW: 33.85 Por; Ener. z B: 13.23 %; Ener. z W: 65.36 %; Ener. z T: 18.92 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 2484.58 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, _), Serek a`la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE, _), Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Ryż na sypko 180 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Marchew gotowana z olejem* 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, _), Schab gotowany plastry 50 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, _), Filet z kurczaka gotowany 30 g ,

Wartości odżywcze: E: 1807.35 kcal; B: 92.83 g; T: 40.36 g; Kw. tł. nasy.: 19.35 g; W: 279.17 g; W tym cukry: 44.98 g; Bł.: 23.12 g; Sól: 5.31 g; WW: 25.75 Por; Ener. z B: 20.55 %; Ener. z W: 56.67 %; Ener. z T: 20.1 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 2549.5 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 z ziołami 100 g (MLE, _), Jabłko pieczone 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Kaszotto wegetariańskie z tofu * 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, _), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL, _), Surówka z marchwi z olejem b/c 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, _), Twaróg półtłusty 100 g (MLE, _), Galaretko o smaku truskawkowym z owocami 200 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, _), Filet z kurczaka gotowany 30 g , Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2508.7 kcal; B: 101.53 g; T: 59.72 g; Kw. tł. nasy.: 25.35 g; W: 397.97 g; W tym cukry: 80.17 g; Bł.: 36.29 g; Sól: 5.98 g; WW: 36.25 Por; Ener. z B: 16.19 %; Ener. z W: 57.67 %; Ener. z T: 21.42 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 3017.45 mg;

W-wa- PIM MSWiA Położniczo-ciężowa

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 z ziołami 100 g (MLE, _), Dżem 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-25

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Położniczo-ciężowa

- II ŚN: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ, _), Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,
- Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ, _), Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (GLU PSZ, JAJ, _), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL, _), Cukinia pieczona z olejem * 130 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (SEL, _), 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, _), Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL, _), Galaretko o smaku truskawkowym z owocami 200 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 (SOJ, GOR, _), Sałata zielona 10 g ,
- Wartości odżywcze: E: 3034.06 kcal; B: 113.8 g; T: 64.19 g; Kw. tł. nasy.: 24.38 g; W: 516.42 g; W tym cukry: 114.74 g; Bł.: 39.87 g; Sól: 9.43 g; WW: 47.73 Por; Ener. z B: 15 %; Ener. z W: 62.83 %; Ener. z T: 19.04 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 3876.74 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-pszeniczny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Serek a`la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE, _), Śliwka 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,
- Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Kaszotto wegetariańskie z tofu * 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, _), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL, _), Surówka z marchwi z olejem b/c 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,
- 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, _), Ser topiony 50 g (MLE, _), Ogórek kiszony 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: 2360.66 kcal; B: 80.81 g; T: 72.84 g; Kw. tł. nasy.: 31.91 g; W: 355.56 g; W tym cukry: 75.76 g; Bł.: 42.13 g; Sól: 9.03 g; WW: 31.32 Por; Ener. z B: 13.69 %; Ener. z W: 53.11 %; Ener. z T: 27.77 %; Ener. z Bł.: 3.57 %; K: 3099.75 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa

- Śniadanie: Ryż na mleku 300 ml (MLE, _), Chleb bezglutenowy 100 g , Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Serek a`la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE, _), Dżem 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,
- Obiad: Ziemniaczana *(bez glutenu, mleka) 400 ml (SEL, _), Pulpet drobiowy (bez glutenu) 80 g (JAJ, _), Sos jarzynowy* (bez glutenu) 80 ml (SEL, _), Ziemniaki 180 g , Cukinia pieczona z olejem * 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,
- Kolacja: Chleb bezglutenowy 100 g , Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL, _), Galaretko o smaku truskawkowym z owocami 200 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,
- PN: Chleb bezglutenowy 50 g , Masło extra 82% 5 g (MLE, _), Filet z kurczaka gotowany 30 g , Sałata zielona 10 g ,
- Wartości odżywcze: E: 2332.65 kcal; B: 82.8 g; T: 61.26 g; Kw. tł. nasy.: 22.24 g; W: 365.63 g; W tym cukry: 87.92 g; Bł.: 15.14 g; Sól: 2.6 g; WW: 35.14 Por; Ener. z B: 14.2 %; Ener. z W: 60.1 %; Ener. z T: 23.63 %; Ener. z Bł.: 1.3 %; K: 3787.86 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-25

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa bezmleczna

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

Obiad: Ziemniaczana *(bez glutenu, mleka) 400 ml (SEL,), Pulpet drobiowy (bez glutenu) 80 g (JAJ,), Sos jarzynowy* (bez glutenu) 80 ml (SEL,), Ziemniaki 180 g , Cukinia pieczona z olejem * 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 , Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL,), Galaretko o smaku truskawkowym z owocami 200 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 , Filet z kurczaka gotowany 30 g , Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2158.71 kcal; B: 72.32 g; T: 54.07 g; Kw. tł. nasy.: 9.83 g; W: 349.3 g; W tym cukry: 72.04 g; Bł.: 15.14 g; Sól: 2.51 g; WW: 33.44 Por; Ener. z B: 13.4 %; Ener. z W: 61.92 %; Ener. z T: 22.54 %; Ener. z Bł.: 1.4 %; K: 3547.24 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezmleczna

Śniadanie: Ryż na wodzie 300 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ,), 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 , Dżem 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL,), Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (GLUPSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 80 ml (GLUPSZ, SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLUJĘCZ,), Cukinia pieczona z olejem * 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,), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g , Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL,), Galaretko o smaku truskawkowym z owocami 200 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g , Szyntka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (SOJ, GOR,), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2389.41 kcal; B: 81.12 g; T: 44.24 g; Kw. tł. nasy.: 9.76 g; W: 426.79 g; W tym cukry: 73.73 g; Bł.: 24.62 g; Sól: 8.06 g; WW: 40.25 Por; Ener. z B: 13.58 %; Ener. z W: 67.33 %; Ener. z T: 16.66 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 2441.26 mg;

W-wa- PIM MSWiA Rozdrobniona/Mielona

Śniadanie: Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Serek a`la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE,), Dżem 80 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL,), Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (GLUPSZ, JAJ,), Ziemniaki puree 180 g (MLE,), Sos jarzynowy * 80 ml (GLUPSZ, SEL,), Cukinia pieczona z olejem * 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), mielona Szyntka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 50 g (GLUPSZ, SOJ, MLE,), Galaretko o smaku truskawkowym z owocami 200 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), mielona Szyntka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (SOJ, GOR,),

Wartości odżywcze: E: 2484.33 kcal; B: 97.94 g; T: 54.08 g; Kw. tł. nasy.: 23.39 g; W: 409.24 g; W tym cukry: 88.15 g; Bł.: 19.98 g; Sól: 7.47 g; WW: 39.01 Por; Ener. z B: 15.77 %; Ener. z W: 62.67 %; Ener. z T: 19.59 %; Ener. z Bł.: 1.61 %; K: 3573.37 mg;

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

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-25

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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

Śniadanie: Płatki owsiane na mleku 150 ml (MLE, GLU OW, _), 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 ,

II ŚN: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 5 g (MLE, _), Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ, _), Pomidor 50 g ,

Obiad: 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 JĘCZ, _), Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml ,

PD: Galaretko o smaku truskawkowym z owocami 200 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, _), Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (RYB, SEL, _), Ogórek kiszony 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, _), Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (SOJ, GOR, _), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 1682.18 kcal; B: 71.86 g; T: 39.24 g; Kw. tł. nasy.: 17.55 g; W: 268.62 g; W tym cukry: 55.33 g; Bł.: 18.32 g; Sól: 5.23 g; WW: 25.13 Por; Ener. z B: 17.09 %; Ener. z W: 59.52 %; Ener. z T: 20.99 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 2273.92 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, _), Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE, _), Papryka świeża 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, _), Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ, _), Pomidor 50 g ,

Obiad: Kapuśniak z kapusty kiszonej * 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR, _), Pieczeń rzymska drobiowa 60 g (GLU PSZ, JAJ, _), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL, _), Kasza jęczmienna/sypko 120 g (GLU JĘCZ, _), Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

PD: Galaretko o smaku truskawkowym z owocami 200 g ,

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 40 g (RYB, SEL, _), Ogórek kiszony 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, _), Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (SOJ, GOR, _), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 1815.91 kcal; B: 72.34 g; T: 53.84 g; Kw. tł. nasy.: 23.78 g; W: 269.64 g; W tym cukry: 58.17 g; Bł.: 20.08 g; Sól: 6.05 g; WW: 25.04 Por; Ener. z B: 15.94 %; Ener. z W: 54.97 %; Ener. z T: 26.68 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 2391.53 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, _), Serek a'la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE, _), Papryka świeża 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, _), Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ, _), Pomidor 50 g ,

Obiad: Kapuśniak z kapusty kiszonej * 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 JĘCZ, _), Surówka z marchwi z olejem b/c 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-25

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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

PD: Galaretką o smaku truskawkowym z owocami 200 g ,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL,), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (SOJ, GOR,), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2225.62 kcal; B: 98 g; T: 61.93 g; Kw. tł. nasy.: 26.86 g; W: 330.76 g; W tym cukry: 68.61 g; Bł.: 26.46 g; Sól: 8 g; WW: 30.53 Por; Ener. z B: 17.61 %; Ener. z W: 54.69 %; Ener. z T: 25.04 %; Ener. z Bł.: 2.38 %; K: 3003.75 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,), Serek a'la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE,), Jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

II ŚN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ,), Mus z jabłek () b/c 150 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

Obiad: 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 JĘCZ,), Cukinia pieczona z olejem * 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,), Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,), Galaretką o smaku truskawkowym z owocami 200 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,), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (SOJ, GOR,),

Wartości odżywcze: E: 2497.92 kcal; B: 98.99 g; T: 55.4 g; Kw. tł. nasy.: 23.79 g; W: 411.42 g; W tym cukry: 40.38 g; Bł.: 30.63 g; Sól: 10.09 g; WW: 38.07 Por; Ener. z B: 15.85 %; Ener. z W: 60.98 %; Ener. z T: 19.96 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 2725.47 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,), Serek a'la homogenizowany z ziołami 100 g (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,), Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ,), Pomidor b/skórki 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

Obiad: 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 JĘCZ,), Cukinia pieczona z olejem * 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,), Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,), Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-25

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Cukrzyca oszczędzająca

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (SOJ, GOR,), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2362.23 kcal; B: 96.49 g; T: 54.64 g; Kw. tł. nasy.: 22.84 g; W: 380.98 g; W tym cukry: 59.5 g; Bł.: 27.24 g; Sól: 10.14 g; WW: 35.42 Por; Ener. z B: 16.34 %; Ener. z W: 59.9 %; Ener. z T: 20.82 %; Ener. z Bł.: 2.31 %; K: 2964.56 mg;