

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-11-22

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, _), Pomidor 70 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, _), Rzodkiew biała 50 g ,

Wartości odżywcze: E: 2365.08 kcal; B: 95.91 g; T: 61.23 g; Kw. tł. nasy.: 24.89 g; W: 374.74 g; W tym cukry: 66.96 g; Bł.: 37.87 g; Sól: 9.78 g; WW: 33.74 Por; Ener. z B: 16.22 %; Ener. z W: 56.97 %; Ener. z T: 23.3 %; Ener. z Bł.: 3.2 %; K: 3361.45 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 gotowana z pomidorami* 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: Masło extra 82% 5 g (MLE, _), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (SOJ, GOR, _), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2576.47 kcal; B: 97.12 g; T: 54 g; Kw. tł. nasy.: 23.06 g; W: 435.94 g; W tym cukry: 87.53 g; Bł.: 26.66 g; Sól: 7.97 g; WW: 41 Por; Ener. z B: 15.08 %; Ener. z W: 63.54 %; Ener. z T: 18.86 %; Ener. z Bł.: 2.07 %; K: 2751.35 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 gotowana z pomidorami* 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-11-22

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: 2548.64 kcal; B: 100.07 g; T: 56.23 g; Kw. tł. nasy.: 23.63 g; W: 418.19 g; W tym cukry: 87.21 g; Bł.: 19.72 g; Sól: 7.43 g; WW: 39.93 Por; Ener. z B: 15.71 %; Ener. z W: 62.54 %; Ener. z T: 19.86 %; Ener. z Bł.: 1.55 %; K: 2693.2 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,), Pomidor 70 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

II ŚN: Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 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 gotowana z pomidorami* 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,), Rzodkiew biała 50 g ,

Wartości odżywcze: E: 2309.07 kcal; B: 107.32 g; T: 65.27 g; Kw. tł. nasy.: 24.54 g; W: 347.08 g; W tym cukry: 43.94 g; Bł.: 50.28 g; Sól: 10.18 g; WW: 29.76 Por; Ener. z B: 18.59 %; Ener. z W: 51.41 %; Ener. z T: 25.44 %; Ener. z Bł.: 4.36 %; K: 4460.55 mg;

W-wa- PIM MSWiA VI Niskośluszczowa

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 gotowana z pomidorami* 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: Chleb mieszany pszenno-żytni 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: 2596.47 kcal; B: 99.92 g; T: 54.2 g; Kw. tł. nasy.: 23.03 g; W: 437.34 g; W tym cukry: 88.73 g; Bł.: 25.16 g; Sól: 7.32 g; WW: 41.3 Por; Ener. z B: 15.39 %; Ener. z W: 63.5 %; Ener. z T: 18.79 %; Ener. z Bł.: 1.94 %; K: 2863.35 mg;

W-wa- PIM MSWiA S1 Niskobiałkowa/Ziemniaczana

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-11-22

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 gotowana z pomidorami* 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: 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: 2305.54 kcal; B: 105.34 g; T: 44.86 g; Kw. tł. nasy.: 19.83 g; W: 377.81 g; W tym cukry: 72.9 g; Bł.: 18.15 g; Sól: 5.92 g; WW: 36.04 Por; Ener. z B: 18.28 %; Ener. z W: 62.4 %; Ener. z T: 17.51 %; Ener. z Bł.: 1.57 %; K: 2664.65 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 gotowana z pomidorami* 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: 2049.61 kcal; B: 80.79 g; T: 50.84 g; Kw. tł. nasy.: 9.46 g; W: 319.99 g; W tym cukry: 69.44 g; Bł.: 12.52 g; Sól: 2.35 g; WW: 30.78 Por; Ener. z B: 15.77 %; Ener. z W: 60.01 %; Ener. z T: 22.33 %; Ener. z Bł.: 1.22 %; K: 2780.01 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: 2023-11-22

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 400 g (JAJ, SEL, .),

Wartości odżywcze: E: 2507.03 kcal; B: 127.62 g; T: 103.74 g; Kw. tł. nasy.: 16.2 g; W: 280.55 g; W tym cukry: 51.86 g; Bł.: 28.59 g; Sól: 2.48 g; WW: 24.97 Por; Ener. z B: 20.36 %; Ener. z W: 40.2 %; Ener. z T: 37.24 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 5746.39 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 gotowana z pomidorami* 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, .), Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g , 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: 2284.74 kcal; B: 103.49 g; T: 55.39 g; Kw. tł. nasy.: 21.8 g; W: 347.17 g; W tym cukry: 81.67 g; Bł.: 14.78 g; Sól: 1.03 g; WW: 33.27 Por; Ener. z B: 18.12 %; Ener. z W: 58.19 %; Ener. z T: 21.82 %; Ener. z Bł.: 1.29 %; K: 2998.44 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: 2023-11-22

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 gotowana z pomidorami* 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, _), Galaretka 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: 2064.97 kcal; B: 68.14 g; T: 43.44 g; Kw. tł. nasy.: 18.1 g; W: 359.15 g; W tym cukry: 56.84 g; Bł.: 21.44 g; Sól: 6.05 g; WW: 33.83 Por; Ener. z B: 13.2 %; Ener. z W: 65.42 %; Ener. z T: 18.93 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 2370.83 mg;

W-wa- PIM MSWiA Aspirynowa

Śniadanie: Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Chleb razowy żytnio-pszenno 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-pszenno 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, _), Galaretka 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, _), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ, _), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2536.7 kcal; B: 98.57 g; T: 64.01 g; Kw. tł. nasy.: 26.73 g; W: 398.27 g; W tym cukry: 80.17 g; Bł.: 36.29 g; Sól: 6.06 g; WW: 36.25 Por; Ener. z B: 15.54 %; Ener. z W: 57.08 %; Ener. z T: 22.71 %; Ener. z Bł.: 2.86 %; K: 2918.95 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-pszenno 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 ,

II ŚN: Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ, _), Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-11-22

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Położniczo-ciężowa

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

PD: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (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, _), Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (SOJ, GOR, _), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 3052.97 kcal; B: 116.13 g; T: 66.51 g; Kw. tł. nasy.: 23.87 g; W: 513.98 g; W tym cukry: 106.81 g; Bł.: 39.41 g; Sól: 9.72 g; WW: 47.5 Por; Ener. z B: 15.22 %; Ener. z W: 62.18 %; Ener. z T: 19.61 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 3720.99 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 z ziołami 100 g (MLE, _), Pomidor 70 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-pszenny 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: 2301.6 kcal; B: 80.59 g; T: 72.54 g; Kw. tł. nasy.: 31.9 g; W: 341.13 g; W tym cukry: 64.69 g; Bł.: 40.64 g; Sól: 9.05 g; WW: 30.05 Por; Ener. z B: 14.01 %; Ener. z W: 52.22 %; Ener. z T: 28.37 %; Ener. z Bł.: 3.53 %; K: 3002.07 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 gotowana z pomidorami* 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb bezglutenowy 100 g , Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Filet z kurczaka gotowany 50 g , 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: 2270.47 kcal; B: 87 g; T: 61.43 g; Kw. tł. nasy.: 22.37 g; W: 344.2 g; W tym cukry: 83.86 g; Bł.: 12.45 g; Sól: 2.84 g; WW: 33.26 Por; Ener. z B: 15.33 %; Ener. z W: 58.45 %; Ener. z T: 24.35 %; Ener. z Bł.: 1.1 %; K: 3701.41 mg;

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 ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-11-22

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa bezmleczna

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 gotowana z pomidorami* 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 , Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,), Galaretka 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: 2166.54 kcal; B: 73.66 g; T: 63.01 g; Kw. tł. nasy.: 12.75 g; W: 328.48 g; W tym cukry: 67.98 g; Bł.: 12.45 g; Sól: 2.93 g; WW: 31.57 Por; Ener. z B: 13.6 %; Ener. z W: 58.35 %; Ener. z T: 26.17 %; Ener. z Bł.: 1.15 %; K: 3318.79 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 kiel.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 gotowana z pomidorami* 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 , Szyntka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ,GOR,), Galaretka 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: 2324.84 kcal; B: 78.8 g; T: 46.6 g; Kw. tł. nasy.: 9.68 g; W: 405.37 g; W tym cukry: 69.67 g; Bł.: 21.93 g; Sól: 9.16 g; WW: 38.38 Por; Ener. z B: 13.56 %; Ener. z W: 65.97 %; Ener. z T: 18.04 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 2079.81 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 gotowana z pomidorami* 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,), Galaretka 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 Szyntka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (SOJ,GOR,),

Wartości odżywcze: E: 2491.54 kcal; B: 99.08 g; T: 54.14 g; Kw. tł. nasy.: 23.38 g; W: 409.31 g; W tym cukry: 87.71 g; Bł.: 18.77 g; Sól: 7.47 g; WW: 39.14 Por; Ener. z B: 15.91 %; Ener. z W: 62.7 %; Ener. z T: 19.56 %; Ener. z Bł.: 1.51 %; K: 3515.62 mg;

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 (GLUPSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Serek a`la homogenizowany 50 g (MLE,), Pomidor 40 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-11-22

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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

II ŚN: Gruszka 150 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, _), Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (SOJ, GOR, _), Rzodkiew biała 50 g ,

Wartości odżywcze: E: 1559.8 kcal; B: 62.5 g; T: 33.75 g; Kw. tł. nasy.: 14.72 g; W: 260.71 g; W tym cukry: 68.21 g; Bł.: 21.3 g; Sól: 3.96 g; WW: 23.96 Por; Ener. z B: 16.03 %; Ener. z W: 61.39 %; Ener. z T: 19.47 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 2412.82 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, _), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

II ŚN: Gruszka 150 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, _), Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (SOJ, GOR, _), Rzodkiew biała 50 g ,

Wartości odżywcze: E: 1697.99 kcal; B: 63.22 g; T: 48.38 g; Kw. tł. nasy.: 20.97 g; W: 262.72 g; W tym cukry: 71.73 g; Bł.: 23.34 g; Sól: 4.79 g; WW: 23.94 Por; Ener. z B: 14.89 %; Ener. z W: 56.39 %; Ener. z T: 25.64 %; Ener. z Bł.: 2.75 %; K: 2622.66 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, _), Pomidor 70 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

II ŚN: Gruszka 150 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 ,

PD: Galaretko 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 ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-11-22

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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

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

Wartości odżywcze: E: 2094.25 kcal; B: 88.31 g; T: 56.27 g; Kw. tł. nasy.: 24 g; W: 321.05 g; W tym cukry: 80.22 g; Bł.: 28.88 g; Sól: 6.73 g; WW: 29.22 Por; Ener. z B: 16.87 %; Ener. z W: 55.8 %; Ener. z T: 24.18 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 3113.56 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,), Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 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 gotowana z pomidorami* 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

PD: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,), Wafle ryżowe 30 g ,

Kolacja: 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 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,), Galaretka 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,), Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (SOJ, GOR,),

Wartości odżywcze: E: 2516.84 kcal; B: 101.33 g; T: 57.73 g; Kw. tł. nasy.: 23.28 g; W: 408.98 g; W tym cukry: 32.45 g; Bł.: 30.18 g; Sól: 10.38 g; WW: 37.84 Por; Ener. z B: 16.1 %; Ener. z W: 60.2 %; Ener. z T: 20.64 %; Ener. z Bł.: 2.4 %; K: 2569.72 mg;

W-wa- PIM MSWiA Specjalna

Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,), Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Serek a'la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE,), Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 40 g , Rzodkiew biała 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

II ŚN: Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ,), Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

Obiad: Kapuśniak z kapusty kiszonej * 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR,), Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 160 g , Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL,), Ziemniaki 140 g , Cukinia gotowana z pomidorami* 60 g , Surówka z marchwi z olejem b/c 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml , Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),

PD: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,),

Kolacja: Chleb razowy żytnio-pszenny 80 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 100 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml , Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),

Wartości odżywcze: E: 2073.64 kcal; B: 135 g; T: 72.34 g; Kw. tł. nasy.: 27.05 g; W: 237.2 g; W tym cukry: 43.35 g; Bł.: 35.07 g; Sól: 12.53 g; WW: 20.19 Por; Ener. z B: 26.04 %; Ener. z W: 38.99 %; Ener. z T: 31.39 %; Ener. z Bł.: 3.38 %; K: 5146.05 mg;

W-wa- PIM MSWiA Cukrzyca oszczędzająca

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-11-22

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 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 gotowana z pomidorami* 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,
- PD: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (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 ,
- 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: 2381.15 kcal; B: 98.83 g; T: 56.96 g; Kw. tł. nasy.: 22.33 g; W: 378.54 g; W tym cukry: 51.57 g; Bł.: 26.78 g; Sól: 10.43 g; WW: 35.19 Por; Ener. z B: 16.6 %; Ener. z W: 59.09 %; Ener. z T: 21.53 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 2808.81 mg;