

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia
Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szynka Konserwowa wędzona, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wędzowego, parzony 40 g (SOJ) Dżem 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Konserwowa wędzona, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wędzowego, parzony 40 g (SOJ) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 150 ml (GLUPSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Ogórek świeży 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 200 ml (GLUPSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Ogórek świeży 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Papryka świeża 50 g	
Obiad	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (GLUPSZ, SEL) Makaron 180 g (GLUPSZ, SEL) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE) Mus z truskawek* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* (bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL) Makaron 180 g (GLUPSZ) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE) Mus z truskawek* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* (bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL) Makaron 180 g (GLUPSZ) Klopsik drobiowy z udźca 80 g (GLUPSZ, JAJ) Sos jarzynowy* 80 ml (GLUPSZ, SEL) Makaron pelnoziarnisty 180 g (GLUPSZ) Surówka z marchwi z olejem b/c 130 g Brokuł gotowany* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (GLUPSZ, SEL) Klopsik drobiowy z udźca 80 g (GLUPSZ, JAJ) Makaron 180 g (GLUPSZ) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE) Mus z truskawek* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* (bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL) Makaron 180 g (GLUPSZ) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE) Mus z truskawek* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* (bez mleka) 200 ml (GLUPSZ, SEL) Makaron 100 g (GLUPSZ) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE) Mus z truskawek* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* (bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL) Makaron 120 g (GLUPSZ) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE) Mus z truskawek* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* (bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL) Makaron 140 g (GLUPSZ) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE) Mus z truskawek* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
				Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Arbuz 150 g			Arbuz 150 g	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wędzona, wędzona, z wodą dodaną 50 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wędzona, wędzona, z wodą dodaną 50 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wędzona, wędzona, z wodą dodaną 50 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wędzona, wędzona, z wodą dodaną 50 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wędzona, wędzona, z wodą dodaną 50 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLUPSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wędzona, wędzona, z wodą dodaną 50 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wędzona, wędzona, z wodą dodaną 50 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wędzona, wędzona, z wodą dodaną 50 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Sałata zielona 10 g			Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Sałata zielona 10 g
PN	Wartość energetyczna: 2377.26 kcal; Białko ogółem: 98.36 g; Tłuszcz: 66.91 g; Kw. tł. nasy.: 30.77 g; Węglowodany ogółem: 361.18 g; W tym cukry: 65.99 g; Błonnik pok.: 33.23 g; Sól: 8.82 g;	Wartość energetyczna: 2319.34 kcal; Białko ogółem: 98.08 g; Tłuszcz: 56.81 g; Kw. tł. nasy.: 25.79 g; Węglowodany ogółem: 371.97 g; W tym cukry: 93.34 g; Błonnik pok.: 20.73 g; Sól: 8.31 g;	Wartość energetyczna: 2311.19 kcal; Białko ogółem: 90.07 g; Tłuszcz: 55.12 g; Kw. tł. nasy.: 22.04 g; Węglowodany ogółem: 373.26 g; W tym cukry: 77.78 g; Błonnik pok.: 19.94 g; Sól: 8.79 g;	Wartość energetyczna: 2467.84 kcal; Białko ogółem: 113.67 g; Tłuszcz: 80.20 g; Kw. tł. nasy.: 29.22 g; Węglowodany ogółem: 344.56 g; W tym cukry: 57.15 g; Błonnik pok.: 52.23 g; Sól: 9.27 g;	Wartość energetyczna: 2224.37 kcal; Białko ogółem: 82.26 g; Tłuszcz: 48.11 g; Kw. tł. nasy.: 22.78 g; Węglowodany ogółem: 374.59 g; W tym cukry: 93.84 g; Błonnik pok.: 19.95 g; Sól: 8.64 g;	Wartość energetyczna: 1675.18 kcal; Białko ogółem: 79.78 g; Tłuszcz: 44.83 g; Kw. tł. nasy.: 22.71 g; Węglowodany ogółem: 245.20 g; W tym cukry: 91.79 g; Błonnik pok.: 13.26 g; Sól: 5.61 g;	Wartość energetyczna: 1760.00 kcal; Białko ogółem: 79.22 g; Tłuszcz: 51.99 g; Kw. tł. nasy.: 27.27 g; Węglowodany ogółem: 252.07 g; W tym cukry: 84.31 g; Błonnik pok.: 15.46 g; Sól: 5.87 g;	Wartość energetyczna: 2043.58 kcal; Białko ogółem: 92.04 g; Tłuszcz: 59.75 g; Kw. tł. nasy.: 30.05 g; Węglowodany ogółem: 294.27 g; W tym cukry: 90.46 g; Błonnik pok.: 19.15 g; Sól: 7.21 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków zołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia		
2024-08-06 wtorek	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt								
	II/ŚN				Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml					
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (GLU PSZ) Sos własny (l) 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko 180 g Surówka z pora i jabłka z koperkiem (z olejem) 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (GLU PSZ) Sos własny (l) 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 80 g (GLU PSZ) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (GLU PSZ) Sos własny (l) 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z pora i jabłka z koperkiem (z olejem) 130 g Cukinia pieczona z olejem* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (GLU PSZ) Sos własny (l) 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami* 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Bitka z szynki wieprzowej 60 g (GLU PSZ) Sos własny (l) 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko 120 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (GLU PSZ) Sos własny (l) 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko 120 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (GLU PSZ) Sos własny (l) 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko 140 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE)								
	PD									
	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) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Sałatka wiosenna 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Sałatka wiosenna - diety 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Cukinia pieczona z koncentratem* 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Sałatka wiosenna 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Cukinia pieczona z koncentratem* 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Sałatka wiosenna 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Sałatka wiosenna 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Sałatka wiosenna 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g		
	Wartość energetyczna: 2373.02 kcal; Białko ogółem: 98.48 g; Tłuszcz: 64.39 g; Kw. tł. nasy.: 25.34 g; Węglowodany ogółem: 364.80 g; W tym cukry: 77.73 g; Błonnik pok.: 31.66 g; Sól: 9.45 g;	Wartość energetyczna: 2417.51 kcal; Białko ogółem: 101.30 g; Tłuszcz: 62.75 g; Kw. tł. nasy.: 25.14 g; Węglowodany ogółem: 372.90 g; W tym cukry: 81.59 g; Błonnik pok.: 23.18 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 2395.91 kcal; Białko ogółem: 98.94 g; Tłuszcz: 63.08 g; Kw. tł. nasy.: 25.75 g; Węglowodany ogółem: 368.16 g; W tym cukry: 81.04 g; Błonnik pok.: 20.87 g; Sól: 7.49 g;	Wartość energetyczna: 2290.81 kcal; Białko ogółem: 105.47 g; Tłuszcz: 67.96 g; Kw. tł. nasy.: 23.58 g; Węglowodany ogółem: 332.94 g; W tym cukry: 60.99 g; Błonnik pok.: 46.27 g; Sól: 9.97 g;	Wartość energetyczna: 2402.55 kcal; Białko ogółem: 103.45 g; Tłuszcz: 60.24 g; Kw. tł. nasy.: 24.94 g; Węglowodany ogółem: 372.38 g; W tym cukry: 81.06 g; Błonnik pok.: 22.60 g; Sól: 8.11 g;	Wartość energetyczna: 1670.95 kcal; Białko ogółem: 75.15 g; Tłuszcz: 42.77 g; Kw. tł. nasy.: 18.88 g; Węglowodany ogółem: 251.52 g; W tym cukry: 112.74 g; Błonnik pok.: 13.31 g; Sól: 4.29 g;	Wartość energetyczna: 1834.48 kcal; Białko ogółem: 81.10 g; Tłuszcz: 53.73 g; Kw. tł. nasy.: 24.38 g; Węglowodany ogółem: 262.30 g; W tym cukry: 112.74 g; Błonnik pok.: 14.11 g; Sól: 4.82 g;	Wartość energetyczna: 2105.83 kcal; Białko ogółem: 94.39 g; Tłuszcz: 59.12 g; Kw. tł. nasy.: 26.71 g; Węglowodany ogółem: 306.13 g; W tym cukry: 120.72 g; Błonnik pok.: 17.71 g; Sól: 6.34 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia								
2024-08-07 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) 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) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) Kalarepa 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) Kalepka 40 g Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 20 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) Kalepka 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 30 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) Kalepka 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) Kalepka 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml							
		II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Ser żółty 30 g (MLE) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Banan 150 g									
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki młode gotowane 180 g Fasolka szparagowa z wody* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki młode gotowane 180 g Surówka wykwitna z olejem b/c 130 g Fasolka szparagowa z wody* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z makaronem (bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki młode gotowane 180 g Surówka wykwitna z olejem b/c 130 g Fasolka szparagowa z wody* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki młode gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pieczarkowa z makaronem * 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki młode gotowane 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki młode gotowane 120 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki młode gotowane 180 g Fasolka szparagowa z wody* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml								
		PD	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g			Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE)										
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Paprykarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ.) Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Jabłko pieczone 150 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Paprykarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ.) Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jabłko pieczone 150 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek świeży 40 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek świeży 40 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Ogórek świeży 80 g Mix sałat 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) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej, 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej, 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej, 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej, 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej, 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej, 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej, 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g							
	Wartość energetyczna: 2113.53 kcal; Białko ogółem: 85.07 g; Tłuszcz: 57.16 g; Kw. tł. nasy.: 21.29 g; Węglowodany ogółem: 328.13 g; W tym cukry: 59.92 g; Błonnik pok.: 29.73 g; Sól: 9.36 g;		Wartość energetyczna: 2231.67 kcal; Białko ogółem: 84.77 g; Tłuszcz: 53.67 g; Kw. tł. nasy.: 23.30 g; Węglowodany ogółem: 362.93 g; W tym cukry: 96.92 g; Błonnik pok.: 23.99 g; Sól: 8.64 g;		Wartość energetyczna: 2243.62 kcal; Białko ogółem: 97.42 g; Tłuszcz: 73.55 g; Kw. tł. nasy.: 26.42 g; Węglowodany ogółem: 321.65 g; W tym cukry: 59.09 g; Błonnik pok.: 41.16 g; Sól: 9.23 g;		Wartość energetyczna: 2160.82 kcal; Białko ogółem: 97.42 g; Tłuszcz: 73.76 g; Kw. tł. nasy.: 26.44 g; Węglowodany ogółem: 299.22 g; W tym cukry: 33.70 g; Błonnik pok.: 43.16 g; Sól: 9.25 g;		Wartość energetyczna: 2212.31 kcal; Białko ogółem: 84.64 g; Tłuszcz: 50.12 g; Kw. tł. nasy.: 20.91 g; Węglowodany ogółem: 365.46 g; W tym cukry: 102.39 g; Błonnik pok.: 22.86 g; Sól: 9.26 g;		Wartość energetyczna: 1479.82 kcal; Białko ogółem: 70.19 g; Tłuszcz: 40.49 g; Kw. tł. nasy.: 17.91 g; Węglowodany ogółem: 219.34 g; W tym cukry: 99.71 g; Błonnik pok.: 14.17 g; Sól: 3.69 g;		Wartość energetyczna: 1577.44 kcal; Białko ogółem: 70.47 g; Tłuszcz: 48.30 g; Kw. tł. nasy.: 22.59 g; Węglowodany ogółem: 226.21 g; W tym cukry: 101.81 g; Błonnik pok.: 15.13 g; Sól: 4.01 g;		Wartość energetyczna: 1951.13 kcal; Białko ogółem: 89.52 g; Tłuszcz: 56.79 g; Kw. tł. nasy.: 25.48 g; Węglowodany ogółem: 283.66 g; W tym cukry: 110.63 g; Błonnik pok.: 20.33 g; Sól: 5.42 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków zołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia
Śniadanie	Płatki 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 80 g (MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	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 80 g (MLE) Dyńnia z wody 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	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 80 g (MLE) Dyńnia z wody 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	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 80 g (MLE) Dyńnia z wody 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	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	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 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	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 80 g (MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
II/ SN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ,) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ,) Pomidor 50 g		
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami* 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL, GLU, ŻYT,) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU, JECZ,) Sos pomidorowy 80 ml (GLU, PSZ,) Sałatka szwedzka z olejem b/c 130 g (GOR,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU, PSZ, SEL,) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU, JECZ,) Sos pomidorowy 80 ml (GLU, PSZ,) Cukinia grillowana z ziołami* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU, PSZ, SEL,) Mięso wieprzowe mielone w sosie w* 80 g (GLU, PSZ,) Ziemniaki młode gotowane 180 g Cukinia grillowana z ziołami* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami* 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL, GLU, ŻYT,) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU, JECZ,) Sos pomidorowy 80 ml (GLU, PSZ,) Sałatka szwedzka z olejem b/c 130 g (GOR,) Cukinia grillowana z ziołami* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU, PSZ, SEL,) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU, JECZ,) Sos pomidorowy 80 ml (GLU, PSZ,) Cukinia grillowana z ziołami* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 200 ml (GLU, PSZ, SEL,) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU, JECZ,) Sos pomidorowy 80 ml (GLU, PSZ,) Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU, PSZ, SEL,) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU, JECZ,) Sos pomidorowy 80 ml (GLU, PSZ,) Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU, PSZ, SEL,) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU, JECZ,) Sos pomidorowy 80 ml (GLU, PSZ,) Sałatka szwedzka z olejem b/c 130 g (GOR,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
PD				Jabłko 150 g Masłanka 150 ml (MLE)		Jabłko 150 g		
Kolejca	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) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ,) Surówka z marchwi i rzepy z olejem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ,) Surówka b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ,) Surówka z marchwi i rzepy z olejem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ,) Surówka z marchwi i rzepy z olejem 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ,) Surówka z marchwi i rzepy z olejem 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ,) Surówka z marchwi i rzepy z olejem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU, PSZ, SOJ,) Sałata zielona 10 g		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU, PSZ, SOJ,) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU, PSZ, SOJ,) Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU, PSZ, SOJ,) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ,) Margaryna roślinna bez miedziana o zaw.80% tł 5 g Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU, PSZ, SOJ,) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU, PSZ, SOJ,) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU, PSZ, SOJ,) Sałata zielona 10 g
	Wartość energetyczna: 2292.45 kcal; Białko ogółem: 87.95 g; Tłuszcz: 69.60 g; Kw. tł. nasy.: 26.40 g; Węglowodany ogółem: 344.50 g; W tym cukry: 67.79 g; Błonnik pok.: 36.07 g; Sól: 9.92 g;	Wartość energetyczna: 2236.70 kcal; Białko ogółem: 88.53 g; Tłuszcz: 61.27 g; Kw. tł. nasy.: 25.05 g; Węglowodany ogółem: 343.61 g; W tym cukry: 64.98 g; Błonnik pok.: 27.99 g; Sól: 8.68 g;	Wartość energetyczna: 2221.79 kcal; Białko ogółem: 95.91 g; Tłuszcz: 62.40 g; Kw. tł. nasy.: 25.41 g; Węglowodany ogółem: 326.34 g; W tym cukry: 63.94 g; Błonnik pok.: 18.92 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2197.69 kcal; Białko ogółem: 94.42 g; Tłuszcz: 71.99 g; Kw. tł. nasy.: 25.97 g; Węglowodany ogółem: 315.85 g; W tym cukry: 59.37 g; Błonnik pok.: 49.69 g; Sól: 10.11 g;	Wartość energetyczna: 2266.04 kcal; Białko ogółem: 92.71 g; Tłuszcz: 61.57 g; Kw. tł. nasy.: 25.00 g; Węglowodany ogółem: 345.56 g; W tym cukry: 66.68 g; Błonnik pok.: 25.70 g; Sól: 7.69 g;	Wartość energetyczna: 1723.46 kcal; Białko ogółem: 74.51 g; Tłuszcz: 51.59 g; Kw. tł. nasy.: 16.88 g; Węglowodany ogółem: 256.22 g; W tym cukry: 71.04 g; Błonnik pok.: 21.88 g; Sól: 6.30 g;	Wartość energetyczna: 1812.52 kcal; Białko ogółem: 73.92 g; Tłuszcz: 59.58 g; Kw. tł. nasy.: 23.11 g; Węglowodany ogółem: 256.22 g; W tym cukry: 73.29 g; Błonnik pok.: 23.28 g; Sól: 6.63 g;	Wartość energetyczna: 2088.57 kcal; Białko ogółem: 86.52 g; Tłuszcz: 67.95 g; Kw. tł. nasy.: 25.49 g; Węglowodany ogółem: 295.75 g; W tym cukry: 82.14 g; Błonnik pok.: 28.14 g; Sól: 8.38 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenzny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) mielona Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną, 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Dżem 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną, 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Dżem 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u>) Ogórek świeży 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		
Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Brama) 80 g (<u>RYB, może zawierać: SKO, MCK,</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g Surowka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ryba pieczona (Brama) 80 g (<u>RYB, może zawierać: SKO, MCK,</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ryba pieczona (Brama) 80 g (<u>RYB, może zawierać: SKO, MCK,</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g Surowka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 60 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ryba pieczona (Brama) 80 g (<u>RYB, może zawierać: SKO, MCK,</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Brama) 60 g (<u>RYB, może zawierać: SKO, MCK,</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki młode gotowane 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Brama) 60 g (<u>RYB, może zawierać: SKO, MCK,</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki młode gotowane 120 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Brama) 80 g (<u>RYB, może zawierać: SKO, MCK,</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki młode gotowane 140 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Brama) 80 g (<u>RYB, może zawierać: SKO, MCK,</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki młode gotowane 140 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
				Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Arbuz 150 g		Arbuz 150 g		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Arbuz 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Arbuz 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza manna na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) mielona Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Salata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Salata zielona 10 g
PN	Wartość energetyczna: 2310.91 kcal; Białko ogółem: 102.87 g; Tłuszcz: 64.21 g; Kw. tł. nasy.: 25.88 g; Węglowodany ogółem: 344.15 g; W tym cukry: 85.33 g; Błonnik pok.: 29.60 g; Sól: 7.35 g;	Wartość energetyczna: 2445.02 kcal; Białko ogółem: 104.67 g; Tłuszcz: 62.97 g; Kw. tł. nasy.: 25.61 g; Węglowodany ogółem: 375.54 g; W tym cukry: 111.75 g; Błonnik pok.: 23.12 g; Sól: 6.96 g;	Wartość energetyczna: 2339.05 kcal; Białko ogółem: 100.59 g; Tłuszcz: 55.75 g; Kw. tł. nasy.: 22.78 g; Węglowodany ogółem: 368.58 g; W tym cukry: 105.23 g; Błonnik pok.: 22.21 g; Sól: 7.16 g;	Wartość energetyczna: 2155.64 kcal; Białko ogółem: 109.55 g; Tłuszcz: 69.16 g; Kw. tł. nasy.: 24.86 g; Węglowodany ogółem: 295.51 g; W tym cukry: 59.35 g; Błonnik pok.: 42.76 g; Sól: 7.48 g;	Wartość energetyczna: 2337.57 kcal; Białko ogółem: 100.42 g; Tłuszcz: 55.96 g; Kw. tł. nasy.: 23.04 g; Węglowodany ogółem: 368.59 g; W tym cukry: 104.36 g; Błonnik pok.: 24.47 g; Sól: 7.80 g;	Wartość energetyczna: 1609.85 kcal; Białko ogółem: 79.69 g; Tłuszcz: 48.45 g; Kw. tł. nasy.: 20.14 g; Węglowodany ogółem: 224.50 g; W tym cukry: 104.07 g; Błonnik pok.: 14.42 g; Sól: 3.50 g;	Wartość energetyczna: 1658.29 kcal; Białko ogółem: 76.22 g; Tłuszcz: 54.50 g; Kw. tł. nasy.: 24.16 g; Węglowodany ogółem: 227.18 g; W tym cukry: 104.36 g; Błonnik pok.: 15.62 g; Sól: 3.57 g;	Wartość energetyczna: 2032.33 kcal; Białko ogółem: 102.60 g; Tłuszcz: 66.06 g; Kw. tł. nasy.: 27.75 g; Węglowodany ogółem: 270.29 g; W tym cukry: 111.17 g; Błonnik pok.: 20.42 g; Sól: 4.66 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków zołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (<u>SOJ, MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (<u>SOJ, MLE</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) mielona Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (<u>SOJ, MLE</u>) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (<u>SOJ, MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (<u>SOJ, MLE</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 150 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 20 g (<u>SOJ, MLE</u>) Pomidor 40 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 200 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (<u>SOJ, MLE</u>) Pomidor 40 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (<u>SOJ, MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	II/ SN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Twarożek z ziołami 50 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	
Obiad	Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL.</u>) Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL.</u>) Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 130 g Fasolka szparagowa z wody* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL.</u>) Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ryżem * 200 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy 120 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Ziemniaki młode gotowane 140 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Ziemniaki młode gotowane 140 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	
	PD			Pieczewo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Masłanka 150 ml (<u>MLE</u>)			Gruszka 150 g	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasztet z soczewicy * 100 g (<u>JAJ.</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 50 g (<u>GLU, PSZ, SOJ, MLE</u>) Dynia z wody 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) mielona Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa w. w. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 50 g (<u>GLU, PSZ, SOJ, MLE</u>) Dynia z wody 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasztet z soczewicy * 100 g (<u>JAJ.</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 50 g (<u>GLU, PSZ, SOJ, MLE</u>) Dynia z wody 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (<u>GLU, PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 20 g (<u>GLU, PSZ, SOJ, MLE</u>) Ogórek świeży 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 30 g (<u>GLU, PSZ, SOJ, MLE</u>) Ogórek świeży 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 50 g (<u>GLU, PSZ, SOJ, MLE</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
	PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE</u>)	Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		
	Wartość energetyczna: 2415.34 kcal; Białko ogółem: 95.77 g; Tłuszcz: 70.44 g; Kw. tł. nasy.: 24.14 g; Węglowodany ogółem: 364.64 g; W tym cukry: 68.37 g; Błonnik pok.: 33.22 g; Sól: 7.37 g;	Wartość energetyczna: 2144.14 kcal; Białko ogółem: 88.69 g; Tłuszcz: 56.77 g; Kw. tł. nasy.: 23.07 g; Węglowodany ogółem: 327.79 g; W tym cukry: 67.71 g; Błonnik pok.: 23.61 g; Sól: 8.83 g;	Wartość energetyczna: 2174.37 kcal; Białko ogółem: 93.47 g; Tłuszcz: 57.06 g; Kw. tł. nasy.: 22.99 g; Węglowodany ogółem: 328.79 g; W tym cukry: 69.44 g; Błonnik pok.: 19.77 g; Sól: 7.52 g;	Wartość energetyczna: 2260.49 kcal; Białko ogółem: 106.43 g; Tłuszcz: 70.34 g; Kw. tł. nasy.: 25.85 g; Węglowodany ogółem: 322.79 g; W tym cukry: 41.27 g; Błonnik pok.: 47.46 g; Sól: 7.70 g;	Wartość energetyczna: 2163.49 kcal; Białko ogółem: 91.47 g; Tłuszcz: 56.97 g; Kw. tł. nasy.: 23.04 g; Węglowodany ogółem: 329.04 g; W tym cukry: 68.81 g; Błonnik pok.: 22.07 g; Sól: 8.17 g;	Wartość energetyczna: 1435.75 kcal; Białko ogółem: 57.80 g; Tłuszcz: 37.94 g; Kw. tł. nasy.: 14.63 g; Węglowodany ogółem: 222.03 g; W tym cukry: 88.88 g; Błonnik pok.: 14.09 g; Sól: 3.37 g;	Wartość energetyczna: 1577.17 kcal; Białko ogółem: 62.68 g; Tłuszcz: 48.03 g; Kw. tł. nasy.: 20.08 g; Węglowodany ogółem: 230.31 g; W tym cukry: 89.39 g; Błonnik pok.: 15.40 g; Sól: 4.13 g;	Wartość energetyczna: 1873.56 kcal; Białko ogółem: 79.47 g; Tłuszcz: 56.14 g; Kw. tł. nasy.: 22.72 g; Węglowodany ogółem: 271.01 g; W tym cukry: 97.15 g; Błonnik pok.: 19.49 g; Sól: 5.98 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków zołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	
2024-08-11 niedziela	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 20 g (SOJ) Ogórek świeży 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ) Ogórek świeży 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
		II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Hummus 50 g (SEZ) Rzodkiewka 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Hummus 50 g (SEZ) Rzodkiewka 50 g			
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Ziemniaki młode gotowane 180 g Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki młode gotowane 180 g Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Mięso drobiowe mielone w sosie wł 80 g (GLU PSZ) Ziemniaki młode gotowane 180 g Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki młode gotowane 180 g Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g Brokuł gotowany* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki młode gotowane 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 200 ml (GLU PSZ, SEL.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki młode gotowane 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (GLU PSZ, SEL.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki młode gotowane 120 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (GLU PSZ, SEL.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki młode gotowane 140 g Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
		PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Jabłko 150 g		Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE)				
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu waniliowa 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu waniliowa 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 40 g (MLE) Papryka świeża 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser żółty 40 g (MLE) Papryka świeża 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
		PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chaika 50 g (GLU PSZ, JAJ)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ) Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chaika 50 g (GLU PSZ, JAJ)	Chaika 50 g (GLU PSZ, JAJ) Dżem 25 g 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2451.20 kcal; Białko ogółem: 112.85 g; Tłuszcz: 81.46 g; Kw. tł. nasy.: 35.23 g; Węglowodany ogółem: 330.63 g; W tym cukry: 74.73 g; Błonnik pok.: 26.87 g; Sól: 8.17 g;	Wartość energetyczna: 2539.41 kcal; Białko ogółem: 120.74 g; Tłuszcz: 66.93 g; Kw. tł. nasy.: 27.64 g; Węglowodany ogółem: 375.77 g; W tym cukry: 113.20 g; Błonnik pok.: 21.23 g; Sól: 7.67 g;	Wartość energetyczna: 2342.41 kcal; Białko ogółem: 98.50 g; Tłuszcz: 53.29 g; Kw. tł. nasy.: 21.75 g; Węglowodany ogółem: 380.15 g; W tym cukry: 113.78 g; Błonnik pok.: 20.70 g; Sól: 5.71 g;	Wartość energetyczna: 2366.30 kcal; Białko ogółem: 124.43 g; Tłuszcz: 87.30 g; Kw. tł. nasy.: 30.05 g; Węglowodany ogółem: 290.00 g; W tym cukry: 46.18 g; Błonnik pok.: 44.29 g; Sól: 8.64 g;	Wartość energetyczna: 2509.01 kcal; Białko ogółem: 117.09 g; Tłuszcz: 63.23 g; Kw. tł. nasy.: 26.44 g; Węglowodany ogółem: 381.58 g; W tym cukry: 115.46 g; Błonnik pok.: 23.03 g; Sól: 6.69 g;	Wartość energetyczna: 2005.39 kcal; Białko ogółem: 99.17 g; Tłuszcz: 76.17 g; Kw. tł. nasy.: 28.16 g; Węglowodany ogółem: 237.32 g; W tym cukry: 81.71 g; Błonnik pok.: 13.11 g; Sól: 5.33 g;	Wartość energetyczna: 2103.69 kcal; Białko ogółem: 100.34 g; Tłuszcz: 84.10 g; Kw. tł. nasy.: 33.02 g; Węglowodany ogółem: 243.29 g; W tym cukry: 83.60 g; Błonnik pok.: 13.89 g; Sól: 5.72 g;	Wartość energetyczna: 2379.20 kcal; Białko ogółem: 114.02 g; Tłuszcz: 90.31 g; Kw. tł. nasy.: 36.31 g; Węglowodany ogółem: 286.34 g; W tym cukry: 92.12 g; Błonnik pok.: 17.11 g; Sól: 6.84 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków zołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia
Sniadanie	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) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	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) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) Dżem 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 150 ml (MLE, GLU, OW,) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem rozdrobniony parzony, wędzony 20 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU, OW,) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Arbuz 150 g	
Obiad	Kapuśniak z kapusty młodej* 400 ml (GLU, PSZ, SEL, GOR,) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU, PSZ, SEL,) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU, PSZ, SEL,) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 80 g (GLU, PSZ,) Ziemniaki mielone gotowane 180 g Cukinia pieczona z olejem () 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty młodej* 400 ml (GLU, PSZ, SEL, GOR,) Pulpet mięsno-warzywny* (wieprzowy) 80 g (GLU, PSZ, JAJ, SEL,) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU, PSZ, MLE,) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Śurówka żydowska z olejem b/c 130 g Cukinia pieczona z olejem () 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU, PSZ, SEL,) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 200 ml (GLU, PSZ, SEL,) Ryż na sypko 100 g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 300 ml (GLU, PSZ, SEL,) Ryż na sypko 120 g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 300 ml (GLU, PSZ, SEL,) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD			Masłanka 150 ml (MLE) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT, GLU, JECZ,)			Salatka owocowa (banan,kiwi,brzos,jabłko) 150 g	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,) Buraczki z jabłkiem b/c 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,) Buraczki z jabłkiem b/c 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ,) Buraczki z jabłkiem b/c 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ,) Buraczki z jabłkiem b/c 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU, PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Buraczki z jabłkiem b/c 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Buraczki z jabłkiem b/c 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,) Buraczki z jabłkiem b/c 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU, PSZ, SOJ,) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU, PSZ, SOJ,) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielony Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU, PSZ, SOJ,) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU, PSZ, SOJ,) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU, PSZ, SOJ,) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU, PSZ, SOJ,) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU, PSZ, SOJ,) Sałata zielona 10 g
	Wartość energetyczna: 2321.56 kcal; Białko ogółem: 85.54 g; Tłuszcz: 62.02 g; Kw. tł. nasy.: 26.85 g; Węglowodany ogółem: 374.29 g; W tym cukry: 103.45 g; Błonnik pok.: 28.83 g; Sól: 8.26 g;	Wartość energetyczna: 2358.31 kcal; Białko ogółem: 83.92 g; Tłuszcz: 52.39 g; Kw. tł. nasy.: 24.79 g; Węglowodany ogółem: 403.09 g; W tym cukry: 126.20 g; Błonnik pok.: 21.84 g; Sól: 7.93 g;	Wartość energetyczna: 2291.98 kcal; Białko ogółem: 85.80 g; Tłuszcz: 65.02 g; Kw. tł. nasy.: 25.35 g; Węglowodany ogółem: 351.11 g; W tym cukry: 90.54 g; Błonnik pok.: 18.70 g; Sól: 7.85 g;	Wartość energetyczna: 2295.09 kcal; Białko ogółem: 97.16 g; Tłuszcz: 77.86 g; Kw. tł. nasy.: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 319.04 g; W tym cukry: 37.50 g; Błonnik pok.: 49.30 g; Sól: 10.15 g;	Wartość energetyczna: 2329.00 kcal; Białko ogółem: 79.49 g; Tłuszcz: 50.27 g; Kw. tł. nasy.: 24.18 g; Węglowodany ogółem: 404.74 g; W tym cukry: 127.40 g; Błonnik pok.: 20.34 g; Sól: 8.13 g;	Wartość energetyczna: 1554.60 kcal; Białko ogółem: 61.25 g; Tłuszcz: 34.44 g; Kw. tł. nasy.: 15.59 g; Węglowodany ogółem: 261.74 g; W tym cukry: 131.11 g; Błonnik pok.: 13.93 g; Sól: 3.22 g;	Wartość energetyczna: 1657.16 kcal; Białko ogółem: 60.85 g; Tłuszcz: 42.00 g; Kw. tł. nasy.: 21.73 g; Węglowodany ogółem: 271.78 g; W tym cukry: 133.05 g; Błonnik pok.: 15.19 g; Sól: 3.53 g;	Wartość energetyczna: 2018.82 kcal; Białko ogółem: 76.16 g; Tłuszcz: 50.99 g; Kw. tł. nasy.: 24.60 g; Węglowodany ogółem: 328.82 g; W tym cukry: 140.47 g; Błonnik pok.: 19.65 g; Sól: 5.10 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia		
2024-08-13 wtorek	Sniadanie	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Mielona Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Makaron na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR) Pomidor 40 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Makaron na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR) Pomidor 40 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
					Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Słupki z marchewki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Banan 150 g			
		Obiad		Grochowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECCZ) Surówka z kalarepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECCZ) Sznajki gotowane z olejem* 130 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECCZ) Sznajki gotowane z olejem* 60 g (GLU PSZ) Surówka z kalarepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECCZ) Sznajki gotowane z olejem* 130 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 200 ml (GLU PSZ, SEL) Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 120 g (GLU JECCZ) Surówka z kalarepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 120 g (GLU JECCZ) Surówka z kalarepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 140 g (GLU JECCZ) Surówka z kalarepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
		PD				Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Jabłko 150 g	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE)			
Kolacja		Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szprot w sosie pomidorowym 100 g (RYB, SEL) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Drynja z wody 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twaróg 100 g (MLE) Drynja z wody 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szprot w sosie pomidorowym 100 g (RYB, SEL) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szprot w sosie pomidorowym 50 g (RYB, SEL) Ogórek świeży 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szprot w sosie pomidorowym 50 g (RYB, SEL) Ogórek świeży 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szprot w sosie pomidorowym 50 g (RYB, SEL) Ogórek świeży 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szprot w sosie pomidorowym 100 g (RYB, SEL) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
PN		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobiony, parzony, zapiekany z dod.biał.mleka w osłonce niejadalnej. 30 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Mielona Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobiony, parzony, zapiekany z dod.biał.mleka w osłonce niejadalnej. 30 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobiony, parzony, zapiekany z dod.biał.mleka w osłonce niejadalnej. 30 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobiony, parzony, zapiekany z dod.biał.mleka w osłonce niejadalnej. 30 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobiony, parzony, zapiekany z dod.biał.mleka w osłonce niejadalnej. 30 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobiony, parzony, zapiekany z dod.biał.mleka w osłonce niejadalnej. 30 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobiony, parzony, zapiekany z dod.biał.mleka w osłonce niejadalnej. 30 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL) Sałata zielona 10 g		
		Wartość energetyczna: 2447.44 kcal; Białko ogółem: 98.00 g; Tłuszcz: 66.98 g; Kw. tł. nasy.: 27.55 g; Węglowodany ogółem: 380.91 g; W tym cukry: 59.30 g; Błonnik pok.: 36.81 g; Sól: 9.11 g;	Wartość energetyczna: 2311.13 kcal; Białko ogółem: 101.48 g; Tłuszcz: 53.69 g; Kw. tł. nasy.: 25.80 g; Węglowodany ogółem: 365.28 g; W tym cukry: 63.33 g; Błonnik pok.: 24.37 g; Sól: 8.83 g;	Wartość energetyczna: 2235.12 kcal; Białko ogółem: 101.04 g; Tłuszcz: 59.46 g; Kw. tł. nasy.: 25.92 g; Węglowodany ogółem: 331.66 g; W tym cukry: 65.19 g; Błonnik pok.: 18.68 g; Sól: 7.77 g;	Wartość energetyczna: 2406.56 kcal; Białko ogółem: 107.46 g; Tłuszcz: 75.39 g; Kw. tł. nasy.: 27.97 g; Węglowodany ogółem: 350.73 g; W tym cukry: 43.49 g; Błonnik pok.: 52.72 g; Sól: 8.67 g;	Wartość energetyczna: 2310.48 kcal; Białko ogółem: 101.45 g; Tłuszcz: 53.69 g; Kw. tł. nasy.: 25.80 g; Węglowodany ogółem: 365.13 g; W tym cukry: 63.23 g; Błonnik pok.: 24.34 g; Sól: 8.82 g;	Wartość energetyczna: 1683.49 kcal; Białko ogółem: 71.87 g; Tłuszcz: 46.47 g; Kw. tł. nasy.: 20.15 g; Węglowodany ogółem: 257.75 g; W tym cukry: 100.32 g; Błonnik pok.: 18.93 g; Sól: 4.71 g;	Wartość energetyczna: 1884.99 kcal; Białko ogółem: 77.45 g; Tłuszcz: 56.94 g; Kw. tł. nasy.: 25.24 g; Węglowodany ogółem: 281.34 g; W tym cukry: 102.89 g; Błonnik pok.: 23.46 g; Sól: 4.97 g;	Wartość energetyczna: 2262.69 kcal; Białko ogółem: 97.34 g; Tłuszcz: 68.18 g; Kw. tł. nasy.: 29.52 g; Węglowodany ogółem: 332.49 g; W tym cukry: 109.83 g; Błonnik pok.: 27.93 g; Sól: 6.53 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków zołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	
2024-08-14 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wiewprzowych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wiewprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Łopatką zbojnicka wiewprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Dżem 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wiewprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wiewprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Ryż na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wiewprzowych pieczony 40 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wiewprzowych pieczony 73,5 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wiewprzowych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
		II ŚN		Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Schab Maryny- wędzonka wiewprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Jabłko 150 g			
Obiad	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos bazylkowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 180 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos bazylkowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 180 g Dynam z wody 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos bazylkowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 180 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Dynam z wody 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos bazylkowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 180 g Dynam z wody 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 50 g Sos bazylkowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 120 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 50 g Sos bazylkowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 120 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos bazylkowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 140 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos bazylkowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 140 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	
	PD		Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Gruszka 150 g		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt				
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu i rzodkiewki 100 g (MLE) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu i rzodkiewki 100 g (MLE) Słupki z marchewki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu i rzodkiewki 50 g (MLE) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Pasta z twarogu i rzodkiewki 50 g (MLE) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu i rzodkiewki 50 g (MLE) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu i rzodkiewki 100 g (MLE) Banan 150 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) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g
Wartość energetyczna: 2215,58 kcal; Białko ogółem: 99,21 g; Tłuszcz: 47,20 g; Kw. tł. nasy.: 23,83 g; Węglowodany ogółem: 361,05 g; W tym cukry: 86,31 g; Błonnik pok.: 28,44 g; Sól: 8,59 g;		Wartość energetyczna: 2259,35 kcal; Białko ogółem: 96,90 g; Tłuszcz: 39,61 g; Kw. tł. nasy.: 21,66 g; Węglowodany ogółem: 388,43 g; W tym cukry: 112,43 g; Błonnik pok.: 21,75 g; Sól: 8,40 g;	Wartość energetyczna: 2308,74 kcal; Białko ogółem: 101,93 g; Tłuszcz: 39,54 g; Kw. tł. nasy.: 21,45 g; Węglowodany ogółem: 393,21 g; W tym cukry: 118,72 g; Błonnik pok.: 20,28 g; Sól: 7,40 g;	Wartość energetyczna: 2297,38 kcal; Białko ogółem: 99,89 g; Tłuszcz: 40,23 g; Kw. tł. nasy.: 20,93 g; Węglowodany ogółem: 310,39 g; W tym cukry: 48,27 g; Błonnik pok.: 43,40 g; Sól: 9,25 g;	Wartość energetyczna: 2297,38 kcal; Białko ogółem: 99,89 g; Tłuszcz: 39,44 g; Kw. tł. nasy.: 21,50 g; Węglowodany ogółem: 393,37 g; W tym cukry: 118,06 g; Błonnik pok.: 22,54 g; Sól: 8,05 g;	Wartość energetyczna: 1472,34 kcal; Białko ogółem: 64,98 g; Tłuszcz: 29,85 g; Kw. tł. nasy.: 13,66 g; Węglowodany ogółem: 241,62 g; W tym cukry: 110,76 g; Błonnik pok.: 14,92 g; Sól: 3,81 g;	Wartość energetyczna: 1618,84 kcal; Białko ogółem: 68,45 g; Tłuszcz: 40,95 g; Kw. tł. nasy.: 21,08 g; Węglowodany ogółem: 249,92 g; W tym cukry: 112,60 g; Błonnik pok.: 15,76 g; Sól: 4,48 g;	Wartość energetyczna: 1914,08 kcal; Białko ogółem: 91,31 g; Tłuszcz: 45,25 g; Kw. tł. nasy.: 23,32 g; Węglowodany ogółem: 292,33 g; W tym cukry: 119,97 g; Błonnik pok.: 18,45 g; Sól: 5,40 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków zołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	
2024-08-15 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 20 g (SOJ, MLE) Ogórek świeży 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (SOJ, MLE) Ogórek świeży 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
		II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Twarożek 50 g (MLE) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Twarożek 50 g (MLE) Pomidor 50 g			
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ) Surówka wielowarzynna z olejem b/c 130 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ) Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ) Surówka wielowarzynna z olejem b/c 130 g (SEL.) Brokuł gotowany* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron 120 g (GLU PSZ) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron 140 g (GLU PSZ) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron 140 g (GLU PSZ) Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron 140 g (GLU PSZ) Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
		PD	Maślanka 150 ml (MLE) Jabłko 150 g		Banan 150 g				
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasztet z ciecierzycy 100 g (JAJ.) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) pasta z wędliny wieprzowej 50 g (SOJ, MLE) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasztet z ciecierzycy 100 g (JAJ.) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Rzodkiew biała 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Rzodkiew biała 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Rzodkiew biała 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Sałata zielona 10 g
		PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2447.35 kcal; Białko ogółem: 84.62 g; Tłuszcz: 74.00 g; Kw. tł. nasy.: 25.53 g; Węglowodany ogółem: 375.03 g; W tym cukry: 65.85 g; Błonnik pok.: 33.52 g; Sól: 8.63 g;	Wartość energetyczna: 2281.89 kcal; Białko ogółem: 86.06 g; Tłuszcz: 57.52 g; Kw. tł. nasy.: 22.82 g; Węglowodany ogółem: 366.65 g; W tym cukry: 73.98 g; Błonnik pok.: 26.87 g; Sól: 9.37 g;	Wartość energetyczna: 2316.41 kcal; Białko ogółem: 90.70 g; Tłuszcz: 57.89 g; Kw. tł. nasy.: 22.83 g; Węglowodany ogółem: 368.77 g; W tym cukry: 76.30 g; Błonnik pok.: 22.17 g; Sól: 7.65 g;	Wartość energetyczna: 2317.91 kcal; Białko ogółem: 95.33 g; Tłuszcz: 75.55 g; Kw. tł. nasy.: 24.37 g; Węglowodany ogółem: 333.37 g; W tym cukry: 53.61 g; Błonnik pok.: 52.09 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 2301.89 kcal; Białko ogółem: 88.86 g; Tłuszcz: 57.72 g; Kw. tł. nasy.: 22.79 g; Węglowodany ogółem: 368.05 g; W tym cukry: 75.18 g; Błonnik pok.: 25.37 g; Sól: 8.72 g;	Wartość energetyczna: 1697.36 kcal; Białko ogółem: 76.34 g; Tłuszcz: 44.34 g; Kw. tł. nasy.: 17.56 g; Węglowodany ogółem: 263.10 g; W tym cukry: 83.27 g; Błonnik pok.: 17.75 g; Sól: 4.81 g;	Wartość energetyczna: 1782.69 kcal; Białko ogółem: 76.00 g; Tłuszcz: 51.46 g; Kw. tł. nasy.: 22.24 g; Węglowodany ogółem: 263.10 g; W tym cukry: 86.21 g; Błonnik pok.: 18.82 g; Sól: 5.19 g;	Wartość energetyczna: 2036.36 kcal; Białko ogółem: 88.42 g; Tłuszcz: 55.23 g; Kw. tł. nasy.: 23.78 g; Węglowodany ogółem: 307.76 g; W tym cukry: 93.27 g; Błonnik pok.: 24.22 g; Sól: 7.08 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia		
2024-08-16 piątek	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE) Nektarynka 1 szt 1 szt Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE) Nektarynka 1 szt 1 szt Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE) Pomidor 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE) Pomidor 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
		II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wierzbowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Nektarynka 1 szt 1 szt				
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL) Ryba smażona (Brama) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: SKO, MCK) Ziemniaki młode gotowane 180 g Surowka z kapusty młodej z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL) Ryba pieczona (Brama) 80 g (RYB, może zawierać: SKO, MCK) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode gotowane 180 g Warzywa po grecku* 130 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL) Ryba pieczona (Brama) 80 g (RYB, może zawierać: SKO, MCK) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode gotowane 180 g Surowka z kapusty młodej z olejem 130 g Warzywa po grecku* 60 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL) Ryba pieczona (Brama) 80 g (RYB, może zawierać: SKO, MCK) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode gotowane 180 g Surowka z kapusty młodej z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL) Ryba pieczona (Brama) 80 g (RYB, może zawierać: SKO, MCK) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Warzywa po grecku* 130 g (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode gotowane 180 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem * 200 ml (MLE, SEL) Ryba pieczona (Brama) 60 g (RYB, może zawierać: SKO, MCK) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode gotowane 120 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL) Ryba pieczona (Brama) 60 g (RYB, może zawierać: SKO, MCK) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode gotowane 140 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL) Ryba pieczona (Brama) 80 g (RYB, może zawierać: SKO, MCK) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode gotowane 140 g Warzywa po grecku* 130 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	
		PD		Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ) Keir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)		Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 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) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Salatka wiosenna 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Salatka wiosenna - diety 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szyunkowa Extra-wędzonka wierzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Salatka wiosenna 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Salatka wiosenna 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Salatka wiosenna 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Salatka wiosenna 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Salatka wiosenna 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
		PN		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wierzbowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Salata zielona 10 g		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wierzbowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Salata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wierzbowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wierzbowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wierzbowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wierzbowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Salata zielona 10 g
	Wartość energetyczna: 2353.28 kcal; Białko ogółem: 99.32 g; Tłuszcz: 74.75 g; Kw. tł. nasy.: 27.09 g; Węglowodany ogółem: 333.00 g; W tym cukry: 72.40 g; Błonnik pok.: 29.64 g; Sól: 7.33 g;		Wartość energetyczna: 2280.39 kcal; Białko ogółem: 98.35 g; Tłuszcz: 63.07 g; Kw. tł. nasy.: 25.99 g; Węglowodany ogółem: 339.34 g; W tym cukry: 75.74 g; Błonnik pok.: 21.88 g; Sól: 6.73 g;		Wartość energetyczna: 2176.99 kcal; Białko ogółem: 98.78 g; Tłuszcz: 50.13 g; Kw. tł. nasy.: 23.03 g; Węglowodany ogółem: 341.06 g; W tym cukry: 78.97 g; Błonnik pok.: 20.42 g; Sól: 7.22 g;		Wartość energetyczna: 2087.37 kcal; Białko ogółem: 103.32 g; Tłuszcz: 65.38 g; Kw. tł. nasy.: 24.83 g; Węglowodany ogółem: 291.16 g; W tym cukry: 35.53 g; Błonnik pok.: 45.04 g; Sól: 7.70 g;		Wartość energetyczna: 2155.63 kcal; Białko ogółem: 95.34 g; Tłuszcz: 49.93 g; Kw. tł. nasy.: 23.10 g; Węglowodany ogółem: 340.52 g; W tym cukry: 77.71 g; Błonnik pok.: 23.43 g; Sól: 8.19 g;	
	Wartość energetyczna: 1436.42 kcal; Białko ogółem: 64.03 g; Tłuszcz: 37.70 g; Kw. tł. nasy.: 16.76 g; Węglowodany ogółem: 216.07 g; W tym cukry: 94.13 g; Błonnik pok.: 12.92 g; Sól: 3.03 g;		Wartość energetyczna: 1508.43 kcal; Białko ogółem: 62.01 g; Tłuszcz: 44.68 g; Kw. tł. nasy.: 21.31 g; Węglowodany ogółem: 220.91 g; W tym cukry: 96.22 g; Błonnik pok.: 13.78 g; Sól: 3.14 g;		Wartość energetyczna: 1884.10 kcal; Białko ogółem: 86.60 g; Tłuszcz: 56.39 g; Kw. tł. nasy.: 25.26 g; Węglowodany ogółem: 265.43 g; W tym cukry: 105.58 g; Błonnik pok.: 17.53 g; Sól: 4.20 g;					

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia		
2024-08-17 sobota	Shiadańskie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU,PSZ,MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU,PSZ,GLU,ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU,PSZ,GLU,ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ,może zawierać: GLU,PSZ, JAJ, OZI,MLE,SEL, GOR,SEZ</u>) Kalarepa 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU,PSZ,MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU,PSZ,GLU,ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ,może zawierać: GLU,PSZ, JAJ, OZI,MLE,SEL, GOR,SEZ</u>) Jabłko pieczone 150 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU,PSZ,MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU,PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) mielona Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ,może zawierać: GLU,PSZ, JAJ, OZI,MLE,SEL, GOR,SEZ</u>) Kalarepa 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU,PSZ, GLU,ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ,może zawierać: GLU,PSZ, JAJ, OZI,MLE,SEL, GOR,SEZ</u>) Kalarepa 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU,PSZ,MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU,PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ,może zawierać: GLU,PSZ, JAJ, OZI,MLE,SEL, GOR,SEZ</u>) Kalarepa 40 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 150 ml (<u>GLU,PSZ,MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU,PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ,może zawierać: GLU,PSZ, JAJ, OZI,MLE,SEL, GOR,SEZ</u>) Kalarepa 40 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 200 ml (<u>GLU,PSZ,MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU,PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ,może zawierać: GLU,PSZ, JAJ, OZI,MLE,SEL, GOR,SEZ</u>) Kalarepa 40 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU,PSZ,MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU,PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ,może zawierać: GLU,PSZ, JAJ, OZI,MLE,SEL, GOR,SEZ</u>) Kalarepa 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
		II / SN			Chleb pszenno-żytni 50 g (<u>GLU,PSZ, GLU,ŻYT</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Banan 150 g		
		Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU,PSZ,MLE,SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU,PSZ,SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU,JECCZ</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU,PSZ,SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU,JECCZ</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU,PSZ,SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU,PSZ,SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU,PSZ,SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU,JECCZ</u>) Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU,PSZ,SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU,JECCZ</u>) Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 200 ml (<u>GLU,PSZ,MLE,SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU,PSZ,SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU,JECCZ</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU,PSZ,MLE,SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU,PSZ,SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 120 g (<u>GLU,JECCZ</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU,PSZ,MLE,SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU,PSZ,SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 140 g (<u>GLU,JECCZ</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
		PD			Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU,PSZ,MLE</u>)			Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		
		Kolekcja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU,PSZ, GLU,ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU,PSZ, GLU,ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wierzprowa wędzona 50 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU,PSZ, GLU,ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU,PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wierzprowa wędzona 50 g (<u>SOJ</u>) Mus z jabłek prażonych 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU,PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) mielona Szynka Ojca Grzegorza wierzprowa wędzona 50 g (<u>SOJ</u>) Mus z jabłek prażonych 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU,PSZ, GLU,ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wierzprowa wędzona 50 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU,PSZ, GLU,ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU,PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wierzprowa wędzona 50 g (<u>SOJ</u>) Mus z jabłek prażonych 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (<u>GLU,PSZ,MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU,PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wierzprowa wędzona 30 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU,PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wierzprowa wędzona 30 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU,PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wierzprowa wędzona 50 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
		PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU,PSZ, JAJ, MLE</u>)		Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU,PSZ, JAJ, MLE</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU,PSZ, GLU,ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Schab Maryny- wędzonka wierzprowa wędzona parzona z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ,MLE,może zawierać: GLU,PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU,PSZ, JAJ, MLE</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU,PSZ, JAJ, MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt	
			Wartość energetyczna: 2204.71 kcal; Białko ogółem: 83.06 g; Tłuszcz: 55.89 g; Kw. tł. nasy.: 19.88 g; Węglowodany ogółem: 358.86 g; W tym cukry: 71.39 g; Błonnik pok.: 32.37 g; Sól: 9.07 g;	Wartość energetyczna: 2323.44 kcal; Białko ogółem: 82.94 g; Tłuszcz: 54.57 g; Kw. tł. nasy.: 19.75 g; Węglowodany ogółem: 392.36 g; W tym cukry: 99.66 g; Błonnik pok.: 29.31 g; Sól: 8.35 g;	Wartość energetyczna: 2200.77 kcal; Białko ogółem: 86.82 g; Tłuszcz: 46.05 g; Kw. tł. nasy.: 18.78 g; Węglowodany ogółem: 374.91 g; W tym cukry: 105.46 g; Błonnik pok.: 23.90 g; Sól: 7.09 g;	Wartość energetyczna: 2085.83 kcal; Białko ogółem: 95.52 g; Tłuszcz: 60.28 g; Kw. tł. nasy.: 22.23 g; Węglowodany ogółem: 313.25 g; W tym cukry: 41.04 g; Błonnik pok.: 44.46 g; Sól: 10.06 g;	Wartość energetyczna: 2281.69 kcal; Białko ogółem: 86.17 g; Tłuszcz: 48.14 g; Kw. tł. nasy.: 19.13 g; Węglowodany ogółem: 392.77 g; W tym cukry: 103.75 g; Błonnik pok.: 27.75 g; Sól: 7.72 g;	Wartość energetyczna: 1625.22 kcal; Białko ogółem: 62.06 g; Tłuszcz: 41.72 g; Kw. tł. nasy.: 13.95 g; Węglowodany ogółem: 260.02 g; W tym cukry: 113.27 g; Błonnik pok.: 16.76 g; Sól: 4.41 g;	Wartość energetyczna: 1713.33 kcal; Białko ogółem: 60.22 g; Tłuszcz: 48.92 g; Kw. tł. nasy.: 18.52 g; Węglowodany ogółem: 268.53 g; W tym cukry: 115.33 g; Błonnik pok.: 18.22 g; Sól: 4.72 g;	Wartość energetyczna: 1999.91 kcal; Białko ogółem: 74.03 g; Tłuszcz: 54.22 g; Kw. tł. nasy.: 20.07 g; Węglowodany ogółem: 316.80 g; W tym cukry: 125.24 g; Błonnik pok.: 22.69 g; Sól: 5.96 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	
2024-08-18 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbójnicka wiewprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbójnicka wiewprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) mielona Łopatką zbójnicka wiewprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Dżem 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbójnicka wiewprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbójnicka wiewprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbójnicka wiewprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbójnicka wiewprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml Salata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbójnicka wiewprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
		II/ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Słupki z marchewki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)			
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka schabowa 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g Mizeria 130 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bitka schabowa 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pulpet wiewprzowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bitka schabowa 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g Mizeria 130 g (<u>MLE</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bitka schabowa 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Schab gotowany 60 g Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki młode gotowane 120 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Schab gotowany 60 g Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki młode gotowane 120 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka schabowa 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki młode gotowane 140 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
		PD		Arbuz 150 g Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		Arbuz 150 g			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Słupki z marchewki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
		PN		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej, 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Salata zielona 10 g		Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u>) Dżem 25 g 1 szt	
Wartość energetyczna:		2372.58 kcal; Białko ogółem: 103.17 g; Tłuszcz: 59.06 g; Kw. tł. nasy.: 25.10 g; Węglowodany ogółem: 368.09 g; W tym cukry: 97.27 g; Błonnik pok.: 26.37 g; Sól: 7.76 g;	2522.25 kcal; Białko ogółem: 108.13 g; Tłuszcz: 56.68 g; Kw. tł. nasy.: 23.90 g; Węglowodany ogółem: 400.00 g; W tym cukry: 121.11 g; Błonnik pok.: 18.28 g; Sól: 7.10 g;	2552.52 kcal; Białko ogółem: 100.92 g; Tłuszcz: 60.97 g; Kw. tł. nasy.: 24.85 g; Węglowodany ogółem: 408.65 g; W tym cukry: 127.43 g; Błonnik pok.: 20.90 g; Sól: 6.35 g;	2118.51 kcal; Białko ogółem: 110.88 g; Tłuszcz: 60.09 g; Kw. tł. nasy.: 25.13 g; Węglowodany ogółem: 302.62 g; W tym cukry: 58.17 g; Błonnik pok.: 40.22 g; Sól: 8.11 g;	2572.40 kcal; Białko ogółem: 106.18 g; Tłuszcz: 62.48 g; Kw. tł. nasy.: 24.10 g; Węglowodany ogółem: 405.84 g; W tym cukry: 126.68 g; Błonnik pok.: 23.16 g; Sól: 7.28 g;	1685.56 kcal; Białko ogółem: 80.03 g; Tłuszcz: 37.07 g; Kw. tł. nasy.: 16.96 g; Węglowodany ogółem: 261.50 g; W tym cukry: 111.74 g; Błonnik pok.: 11.63 g; Sól: 3.65 g;	1712.88 kcal; Białko ogółem: 75.06 g; Tłuszcz: 41.76 g; Kw. tł. nasy.: 20.07 g; Węglowodany ogółem: 263.15 g; W tym cukry: 116.86 g; Błonnik pok.: 12.26 g; Sól: 3.89 g;	2064.77 kcal; Białko ogółem: 91.65 g; Tłuszcz: 54.00 g; Kw. tł. nasy.: 22.50 g; Węglowodany ogółem: 307.46 g; W tym cukry: 123.16 g; Błonnik pok.: 14.14 g; Sól: 4.75 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
SO2 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JEĆZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,