

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-08-04 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	
2024-07-22 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, 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) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Cukinia pieczona z olejem () 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) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 20 g (SOJ) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
		II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Ser żółty 30 g (MLE) Słupki z marchewki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt			
2024-07-22 poniedziałek	Obiad	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode gotowane 180 g Surówka z pora i jabłka z koperkiem (z olejem) 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL) Pulpet mięsno-warzywny* (drobiowy) 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki młode gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL) Gulasz warzywno-warzywny* (drobiowy) 80 g (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode gotowane 180 g Surówka z pora i jabłka z koperkiem (z olejem) 130 g Kalafor gotowany* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL) Pulpet mięsno-warzywny* (drobiowy) 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki młode gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 200 ml (MLE, SEL) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL) Ziemniaki młode gotowane 120 g Surówka z pora i jabłka z koperkiem (z olejem) 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL) Ziemniaki młode gotowane 120 g Surówka z pora i jabłka z koperkiem (z olejem) 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL) Ziemniaki młode gotowane 140 g Surówka z pora i jabłka z koperkiem (z olejem) 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	
		PD	Maślanka 150 ml (MLE) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ)		Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE)				
2024-07-22 poniedziałek	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) Szprot w sosie pomidorowym 100 g (RYB, SEL) Papryka świeża 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 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) 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) Szprot w sosie pomidorowym 100 g (RYB, SEL) 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 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Pomidor b/skórki 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) Twaróg półtłusty 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) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Papryka świeża 50 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) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
		PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt 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 wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt 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 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 wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ) Sałata zielona 10 g		
		Wartość energetyczna: 2142.92 kcal; Białko ogółem: 70.13 g; Tłuszcz: 62.91 g; Kw. tł. nasy.: 26.20 g; Węglowodany ogółem: 339.61 g; W tym cukry: 73.89 g; Błonnik pok.: 35.01 g; Sól: 9.10 g;	Wartość energetyczna: 2158.05 kcal; Białko ogółem: 79.42 g; Tłuszcz: 62.68 g; Kw. tł. nasy.: 25.03 g; Węglowodany ogółem: 331.24 g; W tym cukry: 70.63 g; Błonnik pok.: 26.63 g; Sól: 8.32 g;	Wartość energetyczna: 2180.81 kcal; Białko ogółem: 89.53 g; Tłuszcz: 61.19 g; Kw. tł. nasy.: 25.44 g; Węglowodany ogółem: 328.11 g; W tym cukry: 68.46 g; Błonnik pok.: 21.91 g; Sól: 7.22 g;	Wartość energetyczna: 2088.37 kcal; Białko ogółem: 82.18 g; Tłuszcz: 69.17 g; Kw. tł. nasy.: 30.73 g; Węglowodany ogółem: 305.89 g; W tym cukry: 49.84 g; Błonnik pok.: 48.31 g; Sól: 8.99 g;	Wartość energetyczna: 2171.49 kcal; Białko ogółem: 88.15 g; Tłuszcz: 61.33 g; Kw. tł. nasy.: 25.71 g; Węglowodany ogółem: 327.81 g; W tym cukry: 67.12 g; Błonnik pok.: 25.11 g; Sól: 8.18 g;	Wartość energetyczna: 1494.81 kcal; Białko ogółem: 56.08 g; Tłuszcz: 44.84 g; Kw. tł. nasy.: 17.57 g; Węglowodany ogółem: 222.56 g; W tym cukry: 89.29 g; Błonnik pok.: 16.55 g; Sól: 4.50 g;	Wartość energetyczna: 1591.47 kcal; Białko ogółem: 56.80 g; Tłuszcz: 54.03 g; Kw. tł. nasy.: 23.03 g; Węglowodany ogółem: 226.01 g; W tym cukry: 92.64 g; Błonnik pok.: 17.79 g; Sól: 4.87 g;	Wartość energetyczna: 1908.01 kcal; Białko ogółem: 75.49 g; Tłuszcz: 61.78 g; Kw. tł. nasy.: 26.21 g; Węglowodany ogółem: 270.51 g; W tym cukry: 103.06 g; Błonnik pok.: 21.21 g; Sól: 5.96 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-08-04 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	
2024-07-23 wtorek	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) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wprawzowych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, 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) Szynka gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, 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) Szynka gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/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) Szynka gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 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) Szynka gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Ogórek świeży 40 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 (GLU PSZ, 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) 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) Ogórek świeży 50 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 (GLU PSZ, SOJ, MLE) 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.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 50 g			
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makaron 180 g (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makaron 180 g (GLU PSZ) Dymia z wody 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Klopsik wieprzowy 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ) Dymia z wody 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g Brokuł gotowany* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makaron 180 g (GLU PSZ) Dymia z wody 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g Brokuł gotowany* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makaron 180 g (GLU PSZ) Dymia z wody 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Bitka wieprzowa z szynki duszona 60 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makaron 100 g (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makaron 120 g (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makaron 140 g (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Wafle ryżowe 30 g		Sałatka owocowa - dieta (jabł,ban,brzoskwinia) 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) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Surówka z marchwi i selera naciowego z olejem 80 g (SEL) 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) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 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	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Surówka z marchwi i selera naciowego z olejem 80 g (SEL) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Surówka z marchwi i selera naciowego z olejem 80 g (SEL) 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) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Surówka z marchwi i selera naciowego z olejem 40 g (SEL) 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) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Surówka z marchwi i selera naciowego z olejem 40 g (SEL) 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) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Surówka z marchwi i selera naciowego z olejem 50 g (SEL) 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) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Surówka z marchwi i selera naciowego z olejem 80 g (SEL) 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) Ser żółty 30 g (MLE) 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 rozdrobniony, 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) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, 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-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) 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 rozdrobniony, 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) Ser żółty 30 g (MLE) Sałata zielona 10 g			
	Wartość energetyczna: 2439.85 kcal; Białko ogółem: 100.02 g; Tłuszcz: 78.19 g; Kw. tł. nasy.: 30.68 g; Węglowodany ogółem: 349.66 g; W tym cukry: 56.40 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 9.64 g;	Wartość energetyczna: 2384.89 kcal; Białko ogółem: 90.99 g; Tłuszcz: 53.93 g; Kw. tł. nasy.: 22.35 g; Węglowodany ogółem: 393.20 g; W tym cukry: 101.63 g; Błonnik pok.: 24.33 g; Sól: 10.22 g;	Wartość energetyczna: 2422.16 kcal; Białko ogółem: 91.06 g; Tłuszcz: 53.77 g; Kw. tł. nasy.: 22.66 g; Węglowodany ogółem: 401.57 g; W tym cukry: 104.07 g; Błonnik pok.: 19.84 g; Sól: 8.44 g;	Wartość energetyczna: 2321.63 kcal; Białko ogółem: 106.34 g; Tłuszcz: 77.97 g; Kw. tł. nasy.: 28.92 g; Węglowodany ogółem: 317.15 g; W tym cukry: 30.95 g; Błonnik pok.: 45.87 g; Sól: 9.06 g;	Wartość energetyczna: 2404.89 kcal; Białko ogółem: 93.79 g; Tłuszcz: 54.13 g; Kw. tł. nasy.: 22.32 g; Węglowodany ogółem: 394.60 g; W tym cukry: 102.83 g; Błonnik pok.: 22.83 g; Sól: 9.57 g;	Wartość energetyczna: 1735.25 kcal; Białko ogółem: 75.97 g; Tłuszcz: 59.29 g; Kw. tł. nasy.: 25.60 g; Węglowodany ogółem: 233.74 g; W tym cukry: 57.65 g; Błonnik pok.: 15.64 g; Sól: 4.85 g;	Wartość energetyczna: 1961.88 kcal; Białko ogółem: 85.66 g; Tłuszcz: 71.84 g; Kw. tł. nasy.: 31.14 g; Węglowodany ogółem: 254.27 g; W tym cukry: 60.65 g; Błonnik pok.: 18.16 g; Sól: 5.76 g;	Wartość energetyczna: 2231.51 kcal; Białko ogółem: 96.12 g; Tłuszcz: 78.22 g; Kw. tł. nasy.: 32.70 g; Węglowodany ogółem: 298.57 g; W tym cukry: 66.99 g; Błonnik pok.: 21.91 g; Sól: 7.22 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-08-04 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	
2024-07-24 środa	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) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU PSZ, SOJ,) Pomidor 80 g Mix салат 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) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU PSZ, SOJ,) Pomidor 80 g Mix салат 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) mielona Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 50 g (GLU PSZ, SOJ,) Pomidor b/skórki 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) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU PSZ, SOJ,) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 130 ml (MLE, GLU, OW,) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ,) Pomidor 40 g Mix салат 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) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU PSZ, SOJ,) Pomidor 50 g Mix салат 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) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU PSZ, SOJ,) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT,) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Słupki z marchewki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE)				
	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki młode gotowane 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki młode gotowane 180 g Mizeria 130 g (MLE) Kukinia pieczona z olejem () 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki młode gotowane 180 g Mizeria 130 g (MLE) Kukinia pieczona z olejem () 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki młode gotowane 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 200 ml (GLU PSZ, SEL,) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 60 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki młode gotowane 100 g Mizeria 100 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki młode gotowane 120 g Mizeria 100 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki młode gotowane 140 g Mizeria 130 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	
				Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Arbuz 150 g	Arbuz 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) Ser żółty 50 g (MLE) 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) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 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) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) 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,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) 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 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Salatka wiosenna 40 g Salata 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) Salatka wiosenna 50 g Salata 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) Ser żółty 50 g (MLE) Salatka wiosenna 80 g Salata 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) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,) Salata zielona 10 g				
	PN	Wartość energetyczna: 2289.81 kcal; Białko ogółem: 91.84 g; Tłuszcz: 70.33 g; Kw. tł. nasy.: 33.95 g; Węglowodany ogółem: 338.45 g; W tym cukry: 59.08 g; Błonnik pok.: 30.89 g; Sól: 9.18 g;	Wartość energetyczna: 2202.92 kcal; Białko ogółem: 91.36 g; Tłuszcz: 49.96 g; Kw. tł. nasy.: 24.69 g; Węglowodany ogółem: 359.50 g; W tym cukry: 86.93 g; Błonnik pok.: 21.99 g; Sól: 7.61 g;	Wartość energetyczna: 2236.68 kcal; Białko ogółem: 96.49 g; Tłuszcz: 50.86 g; Kw. tł. nasy.: 24.93 g; Węglowodany ogółem: 359.75 g; W tym cukry: 88.08 g; Błonnik pok.: 18.86 g; Sól: 6.83 g;	Wartość energetyczna: 2284.26 kcal; Białko ogółem: 104.88 g; Tłuszcz: 75.63 g; Kw. tł. nasy.: 34.04 g; Węglowodany ogółem: 319.00 g; W tym cukry: 54.40 g; Błonnik pok.: 43.40 g; Sól: 8.61 g;	Wartość energetyczna: 2202.27 kcal; Białko ogółem: 91.34 g; Tłuszcz: 49.96 g; Kw. tł. nasy.: 24.69 g; Węglowodany ogółem: 359.35 g; W tym cukry: 86.83 g; Błonnik pok.: 21.96 g; Sól: 7.60 g;	Wartość energetyczna: 1438.74 kcal; Białko ogółem: 62.26 g; Tłuszcz: 44.80 g; Kw. tł. nasy.: 23.26 g; Węglowodany ogółem: 203.19 g; W tym cukry: 77.81 g; Błonnik pok.: 10.86 g; Sól: 4.44 g;	Wartość energetyczna: 1679.66 kcal; Białko ogółem: 71.23 g; Tłuszcz: 57.60 g; Kw. tł. nasy.: 30.69 g; Węglowodany ogółem: 227.11 g; W tym cukry: 81.47 g; Błonnik pok.: 13.18 g; Sól: 5.23 g;	Wartość energetyczna: 1940.08 kcal; Białko ogółem: 81.42 g; Tłuszcz: 64.48 g; Kw. tł. nasy.: 34.25 g; Węglowodany ogółem: 268.40 g; W tym cukry: 88.22 g; Błonnik pok.: 16.66 g; Sól: 6.42 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-08-04 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	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) Łopatką zbojniczą wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Ogórek świeży 80 g Salata 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) Łopatką zbojniczą wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 20 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 Łopatką zbojniczą wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 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 zbojniczą wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 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) Łopatką zbojniczą wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Jabłko pieczone 150 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) Łopatką zbojniczą wieprzowa wędzona 20 g (SOJ) Ogórek świeży 40 g Salata 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) Łopatką zbojniczą wieprzowa wędzona 30 g (SOJ) Ogórek świeży 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojniczą wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
	II/ SN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Paszтет sojowy z pomidorami 50 g (SOJ, GOR) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Banan 150 g	
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Leczo z drobiem-dieta * 150 g Ryż na sypko 180 g Salata zielona z jogurtem 60 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Leczo z drobiem-dieta * 150 g Ryż na sypko 180 g Salata zielona z jogurtem 60 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Mięso wieprzowe 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	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Leczo z drobiem-dieta * 150 g Ryż na sypko (brązowy) 180 g Salata zielona z jogurtem 60 g (MLE) Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Leczo z drobiem-dieta * 150 g Ryż na sypko 180 g Salata zielona z jogurtem 60 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 200 ml (GLU PSZ, SEL) Leczo z drobiem-dieta * 100 g Ryż na sypko 100 g Salata zielona z jogurtem 60 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL) Leczo z drobiem-dieta * 120 g Ryż na sypko 120 g Salata zielona z jogurtem 60 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL) Leczo z drobiem-dieta * 150 g Ryż na sypko 180 g Salata zielona z jogurtem 60 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD			Masłanka 150 ml (MLE) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ)		Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Słupki z marchewki 50 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) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Pomidor 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) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Pomidor b/skórki 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 Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Pomidor 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) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Pomidor b/skórki 80 g Salata 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) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Pomidor 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Pomidor 50 g Salata 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) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Pomidor 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 wieprzowy 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) mielona Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ)	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) Salata 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) Salata zielona 10 g	Masło extra 82% 5 g (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Płat szynkowy - produkt wieprzowy 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 wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ) Salata zielona 10 g
	Wartość energetyczna: 2013.74 kcal; Białko ogółem: 71.23 g; Tłuszcz: 44.39 g; Kw. tł. nasy.: 20.53 g; Węglowodany ogółem: 345.23 g; W tym cukry: 58.59 g; Błonnik pok.: 27.02 g; Sól: 8.81 g;	Wartość energetyczna: 2091.69 kcal; Białko ogółem: 71.56 g; Tłuszcz: 43.39 g; Kw. tł. nasy.: 19.69 g; Węglowodany ogółem: 365.25 g; W tym cukry: 69.50 g; Błonnik pok.: 23.45 g; Sól: 8.85 g;	Wartość energetyczna: 2161.41 kcal; Białko ogółem: 88.65 g; Tłuszcz: 53.16 g; Kw. tł. nasy.: 22.67 g; Węglowodany ogółem: 343.00 g; W tym cukry: 71.14 g; Błonnik pok.: 20.61 g; Sól: 7.97 g;	Wartość energetyczna: 2024.25 kcal; Białko ogółem: 80.69 g; Tłuszcz: 57.51 g; Kw. tł. nasy.: 19.23 g; Węglowodany ogółem: 313.69 g; W tym cukry: 32.42 g; Błonnik pok.: 49.17 g; Sól: 9.33 g;	Wartość energetyczna: 2130.57 kcal; Białko ogółem: 76.48 g; Tłuszcz: 43.64 g; Kw. tł. nasy.: 19.47 g; Węglowodany ogółem: 370.20 g; W tym cukry: 72.13 g; Błonnik pok.: 24.34 g; Sól: 8.45 g;	Wartość energetyczna: 1471.53 kcal; Białko ogółem: 56.99 g; Tłuszcz: 37.89 g; Kw. tł. nasy.: 17.68 g; Węglowodany ogółem: 233.44 g; W tym cukry: 79.35 g; Błonnik pok.: 14.34 g; Sól: 4.33 g;	Wartość energetyczna: 1596.56 kcal; Białko ogółem: 58.24 g; Tłuszcz: 45.64 g; Kw. tł. nasy.: 22.29 g; Węglowodany ogółem: 246.74 g; W tym cukry: 82.06 g; Błonnik pok.: 15.81 g; Sól: 4.70 g;	Wartość energetyczna: 1847.73 kcal; Białko ogółem: 68.78 g; Tłuszcz: 48.91 g; Kw. tł. nasy.: 22.64 g; Węglowodany ogółem: 293.46 g; W tym cukry: 84.23 g; Błonnik pok.: 18.78 g; Sól: 6.29 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-08-04 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	
2024-07-26 piątek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) 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) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 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) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 150 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 200 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
		II ŚN	Arbuz 150 g						
2024-07-26 piątek	Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryba pieczona (Brama) 80 g (RYB, może zawierać: SKO, MCK.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki młode gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* (bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryba pieczona (Brama) 80 g (RYB, może zawierać: SKO, MCK.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki młode gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryba pieczona (Brama) 80 g (RYB, może zawierać: SKO, MCK.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki młode gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* (bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryba pieczona (Brama) 80 g (RYB, może zawierać: SKO, MCK.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki młode gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* (bez mleka) 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryba pieczona (Brama) 50 g (RYB, może zawierać: SKO, MCK.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki młode gotowane 120 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* (bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryba pieczona (Brama) 50 g (RYB, może zawierać: SKO, MCK.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki młode gotowane 100 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* (bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryba pieczona (Brama) 80 g (RYB, może zawierać: SKO, MCK.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki młode gotowane 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* (bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryba pieczona (Brama) 80 g (RYB, może zawierać: SKO, MCK.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki młode gotowane 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
		PD	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE)						
2024-07-26 piątek	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 ze szczypiorkiem 100 g (MLE) Arbuz 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) Arbuz 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) Jabłko pieczone 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 ze szczypiorkiem 100 g (MLE) 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) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Jabłko pieczone 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 ze szczypiorkiem 80 g (MLE) 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) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (MLE) Ogórek świeży 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) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (MLE) 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) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa 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 kielbasa 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 kielbasa 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 kielbasa 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 kielbasa 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 kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g
	Wartość energetyczna: 2247.36 kcal; Białko ogółem: 100.92 g; Tłuszcz: 60.56 g; Kw. tł. nasy.: 25.77 g; Węglowodany ogółem: 338.27 g; W tym cukry: 86.57 g; Błonnik pok.: 30.08 g; Sól: 7.79 g;	Wartość energetyczna: 2279.85 kcal; Białko ogółem: 105.71 g; Tłuszcz: 59.64 g; Kw. tł. nasy.: 25.66 g; Węglowodany ogółem: 339.59 g; W tym cukry: 80.97 g; Błonnik pok.: 21.29 g; Sól: 7.26 g;	Wartość energetyczna: 2163.25 kcal; Białko ogółem: 99.73 g; Tłuszcz: 51.34 g; Kw. tł. nasy.: 22.66 g; Węglowodany ogółem: 335.00 g; W tym cukry: 73.88 g; Błonnik pok.: 20.35 g; Sól: 6.95 g;	Wartość energetyczna: 2124.08 kcal; Białko ogółem: 110.35 g; Tłuszcz: 65.12 g; Kw. tł. nasy.: 25.33 g; Węglowodany ogółem: 294.46 g; W tym cukry: 57.99 g; Błonnik pok.: 41.95 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 2151.89 kcal; Białko ogółem: 97.69 g; Tłuszcz: 51.24 g; Kw. tł. nasy.: 22.71 g; Węglowodany ogółem: 335.16 g; W tym cukry: 73.22 g; Błonnik pok.: 22.61 g; Sól: 7.60 g;	Wartość energetyczna: 1551.74 kcal; Białko ogółem: 74.36 g; Tłuszcz: 42.80 g; Kw. tł. nasy.: 19.15 g; Węglowodany ogółem: 223.37 g; W tym cukry: 100.90 g; Błonnik pok.: 12.72 g; Sól: 3.51 g;	Wartość energetyczna: 1651.41 kcal; Białko ogółem: 75.86 g; Tłuszcz: 50.40 g; Kw. tł. nasy.: 24.19 g; Węglowodany ogółem: 230.36 g; W tym cukry: 104.23 g; Błonnik pok.: 14.07 g; Sól: 3.73 g;	Wartość energetyczna: 2062.84 kcal; Białko ogółem: 99.01 g; Tłuszcz: 61.06 g; Kw. tł. nasy.: 27.55 g; Węglowodany ogółem: 288.49 g; W tym cukry: 112.11 g; Błonnik pok.: 20.03 g; Sól: 5.45 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-08-04 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	
2024-07-27 sobota	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) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 80 g Salata 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) mielona Śniadaniowa produkt drobiowy, parzony osłonce niejadalnej 40 g (SOJ.) Jabłko pieczone 150 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) Śniadaniowa produkt drobiowy- produkt drobiowy, parzony osłonce niejadalnej 40 g (SOJ.) 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) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony osłonce niejadalnej 40 g (SOJ.) Pomidor 80 g Salata 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) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony osłonce niejadalnej 40 g (SOJ.) Jabłko pieczone 150 g Salata 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) Ser żółty 30 g (MLE) Pomidor 40 g Salata 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) Ser żółty 40 g (MLE) Pomidor 50 g Salata 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) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt			
	Obiad	Grochowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ) Ziemniaki miodne gotowane 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ.) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 130 g Kalaftor gotowany* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ.) Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami* 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 100 g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (GLU JEJCZ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 120 g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 140 g (GLU JEJCZ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 140 g (GLU JEJCZ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
					Jabłko 150 g Maślanka 150 ml (MLE)	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) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Rzodkiew biała 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) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Rzodkiew biała 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.) Rzodkiew biała 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 30 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.) Pomidor b/skórki 80 g Salata 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) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ) Rzodkiew biała 40 g Salata 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 zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Rzodkiew biała 50 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) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
				Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Salata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE)	Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE)
PN	Wartość energetyczna: 2587.88 kcal; Białko ogółem: 106.97 g; Tłuszcz: 80.27 g; Kw. tł. nasy.: 33.63 g; Węglowodany ogółem: 377.58 g; W tym cukry: 67.61 g; Błonnik pok.: 35.86 g; Sól: 8.56 g;	Wartość energetyczna: 2398.82 kcal; Białko ogółem: 89.52 g; Tłuszcz: 65.91 g; Kw. tł. nasy.: 25.24 g; Węglowodany ogółem: 374.08 g; W tym cukry: 79.11 g; Błonnik pok.: 26.61 g; Sól: 8.23 g;	Wartość energetyczna: 2137.97 kcal; Białko ogółem: 88.96 g; Tłuszcz: 56.65 g; Kw. tł. nasy.: 24.13 g; Węglowodany ogółem: 327.72 g; W tym cukry: 84.23 g; Błonnik pok.: 20.30 g; Sól: 6.48 g;	Wartość energetyczna: 2305.61 kcal; Białko ogółem: 108.89 g; Tłuszcz: 75.14 g; Kw. tł. nasy.: 26.99 g; Węglowodany ogółem: 323.79 g; W tym cukry: 43.62 g; Błonnik pok.: 51.26 g; Sól: 10.20 g;	Wartość energetyczna: 2356.41 kcal; Białko ogółem: 92.72 g; Tłuszcz: 59.48 g; Kw. tł. nasy.: 24.62 g; Węglowodany ogółem: 374.34 g; W tym cukry: 83.09 g; Błonnik pok.: 25.01 g; Sól: 7.58 g;	Wartość energetyczna: 1667.24 kcal; Białko ogółem: 70.53 g; Tłuszcz: 50.73 g; Kw. tł. nasy.: 20.55 g; Węglowodany ogółem: 239.70 g; W tym cukry: 81.89 g; Błonnik pok.: 17.71 g; Sól: 3.52 g;	Wartość energetyczna: 1943.01 kcal; Białko ogółem: 79.24 g; Tłuszcz: 64.56 g; Kw. tł. nasy.: 27.85 g; Węglowodany ogółem: 270.99 g; W tym cukry: 93.01 g; Błonnik pok.: 21.43 g; Sól: 4.21 g;	Wartość energetyczna: 2289.16 kcal; Białko ogółem: 98.02 g; Tłuszcz: 76.77 g; Kw. tł. nasy.: 33.03 g; Węglowodany ogółem: 313.38 g; W tym cukry: 101.24 g; Błonnik pok.: 24.67 g; Sól: 5.68 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-08-04 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
Sniadanie	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>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Kalarepa 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna 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>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Banan 150 g Mix sałat 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>) 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>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Kalarepa 80 g Mix sałat 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>) Banan 150 g Mix sałat 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>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Kalarepa 40 g Mix sałat 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>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Kalarepa 50 g Mix sałat 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>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Kalarepa 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 50 g	
Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Ziemniaki młode gotowane 180 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pulpet drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 130 g Brokuł gotowany* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki młode gotowane 180 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 130 g Brokuł gotowany* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) 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 250 ml	Rosół z makaronem * 200 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane 100 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane 120 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane 140 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JEZC</u>)		Banan 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>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 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>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 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>) Pomidor b/skórki 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>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>) Pomidor 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>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 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>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 40 g Salata 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>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 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>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
	PN	Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną, 30 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>) Salata zielona 10 g		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)	
	Wartość energetyczna: 2408.19 kcal; Białko ogółem: 121.06 g; Tłuszcz: 74.76 g; Kw. tł. nasy.: 28.08 g; Węglowodany ogółem: 327.44 g; W tym cukry: 72.20 g; Błonnik pok.: 27.31 g; Sól: 7.85 g;	Wartość energetyczna: 2492.28 kcal; Białko ogółem: 123.00 g; Tłuszcz: 68.41 g; Kw. tł. nasy.: 27.80 g; Węglowodany ogółem: 357.99 g; W tym cukry: 90.96 g; Błonnik pok.: 21.92 g; Sól: 8.14 g;	Wartość energetyczna: 2283.60 kcal; Białko ogółem: 98.40 g; Tłuszcz: 49.19 g; Kw. tł. nasy.: 21.45 g; Węglowodany ogółem: 371.43 g; W tym cukry: 93.65 g; Błonnik pok.: 19.78 g; Sól: 6.42 g;	Wartość energetyczna: 2338.46 kcal; Białko ogółem: 131.23 g; Tłuszcz: 85.86 g; Kw. tł. nasy.: 34.71 g; Węglowodany ogółem: 281.68 g; W tym cukry: 37.47 g; Błonnik pok.: 42.73 g; Sól: 9.70 g;	Wartość energetyczna: 2470.04 kcal; Białko ogółem: 119.79 g; Tłuszcz: 64.71 g; Kw. tł. nasy.: 26.60 g; Węglowodany ogółem: 364.62 g; W tym cukry: 92.76 g; Błonnik pok.: 22.21 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 1980.26 kcal; Białko ogółem: 102.46 g; Tłuszcz: 70.17 g; Kw. tł. nasy.: 28.69 g; Węglowodany ogółem: 243.95 g; W tym cukry: 90.28 g; Błonnik pok.: 14.40 g; Sól: 4.32 g;	Wartość energetyczna: 2117.83 kcal; Białko ogółem: 109.65 g; Tłuszcz: 79.89 g; Kw. tł. nasy.: 34.37 g; Węglowodany ogółem: 250.32 g; W tym cukry: 92.07 g; Błonnik pok.: 15.58 g; Sól: 4.90 g;	Wartość energetyczna: 2400.39 kcal; Białko ogółem: 124.46 g; Tłuszcz: 85.63 g; Kw. tł. nasy.: 36.26 g; Węglowodany ogółem: 295.21 g; W tym cukry: 101.94 g; Błonnik pok.: 19.09 g; Sól: 5.91 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-08-04 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	
2024-07-29 poniedziałek	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszanym pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 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) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszanym 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	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Mielona Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 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) Pomidor 80 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) 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 jaglana 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 30 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) Pomidor 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) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 30 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) Pomidor 50 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) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLUPSZ, 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.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Rzodkiew biała 50 g		
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowo-porcerekowy* 100 g (MLE) Jabłko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowo-porcerekowy* 100 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 180 g Mięso drobiowe mielone w sosie wł 80 g (GLUPSZ) Szpinał gotowany z olejem* 130 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Śurówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 130 g Szpinał gotowany z olejem* 60 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowo-porcerekowy* 100 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 100 g Sos jogurtowo-porcerekowy* 100 g (MLE) Jabłko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 120 g Sos jogurtowo-porcerekowy* 100 g (MLE) Jabłko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 140 g Sos jogurtowo-porcerekowy* 100 g (MLE) Jabłko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD			Maślanka 150 ml (MLE) Arbuz 150 g			Arbuz 150 g		
Kolacja	Chleb mieszanym 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) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszanym pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser żółty 40 g (MLE) Ogórek świeży 50 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) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Dyńia z wody 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) Ser żółty 50 g (MLE) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszanym pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) 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) Ser żółty 40 g (MLE) Ogórek świeży 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszanym pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml		
PN	Chleb mieszanym pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, 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 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Mielona Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszanym pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, 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) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszanym pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g		
	Wartość energetyczna: 2175.64 kcal; Białko ogółem: 73.26 g; Tłuszcz: 55.28 g; Kw. tł. nasy.: 29.81 g; Węglowodany ogółem: 362.61 g; W tym cukry: 79.18 g; Błonnik pok.: 32.39 g; Sól: 8.58 g;	Wartość energetyczna: 2229.50 kcal; Białko ogółem: 74.30 g; Tłuszcz: 42.82 g; Kw. tł. nasy.: 22.28 g; Węglowodany ogółem: 396.74 g; W tym cukry: 109.27 g; Błonnik pok.: 26.61 g; Sól: 7.62 g;	Wartość energetyczna: 2291.75 kcal; Białko ogółem: 96.44 g; Tłuszcz: 55.28 g; Kw. tł. nasy.: 23.34 g; Węglowodany ogółem: 359.44 g; W tym cukry: 93.93 g; Błonnik pok.: 19.19 g; Sól: 6.84 g;	Wartość energetyczna: 2275.04 kcal; Białko ogółem: 100.67 g; Tłuszcz: 69.23 g; Kw. tł. nasy.: 30.16 g; Węglowodany ogółem: 334.51 g; W tym cukry: 59.26 g; Błonnik pok.: 49.94 g; Sól: 8.58 g;	Wartość energetyczna: 2249.50 kcal; Białko ogółem: 77.10 g; Tłuszcz: 43.02 g; Kw. tł. nasy.: 22.25 g; Węglowodany ogółem: 398.14 g; W tym cukry: 110.47 g; Błonnik pok.: 25.11 g; Sól: 6.97 g;	Wartość energetyczna: 1538.33 kcal; Białko ogółem: 63.58 g; Tłuszcz: 42.28 g; Kw. tł. nasy.: 23.47 g; Węglowodany ogółem: 235.62 g; W tym cukry: 85.04 g; Błonnik pok.: 18.32 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 1718.98 kcal; Białko ogółem: 65.43 g; Tłuszcz: 52.65 g; Kw. tł. nasy.: 30.04 g; Węglowodany ogółem: 256.89 g; W tym cukry: 97.31 g; Błonnik pok.: 20.14 g; Sól: 4.53 g;	Wartość energetyczna: 1975.63 kcal; Białko ogółem: 75.75 g; Tłuszcz: 58.95 g; Kw. tł. nasy.: 33.42 g; Węglowodany ogółem: 297.90 g; W tym cukry: 102.65 g; Błonnik pok.: 23.09 g; Sól: 6.04 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-08-04 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 jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) 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) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szyńska z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Maślanka 150 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyńska z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 150 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 200 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) 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.) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Ogórek świeży 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Banan 150 g		
Obiad	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Filet z kurczaka pieczony 80 g (GLU PSZ) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki młode gotowane 180 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 130 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Filet z kurczaka pieczony 80 g (GLU PSZ) 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	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	Jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Filet z kurczaka pieczony 80 g (GLU PSZ) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki młode gotowane 180 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 130 g (SEL) Kalafior gotowany* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode gotowane 180 g Filet z kurczaka pieczony 80 g (GLU PSZ) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 200 ml (GLU PSZ, SEL) Filet z kurczaka pieczony 50 g (GLU PSZ) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki młode gotowane 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 300 ml (GLU PSZ, SEL) Filet z kurczaka pieczony 50 g (GLU PSZ) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki młode gotowane 120 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 300 ml (GLU PSZ, SEL) Filet z kurczaka pieczony 80 g (GLU PSZ) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki młode gotowane 180 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 130 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
PD				Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)		
Kolejacja	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) Szyńska Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, 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) Szyńska Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jabłko pieczone 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) mielona Szyńska Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałatka wiosenna 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyńska Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, 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) Szyńska Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałatka wiosenna 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) Szyńska Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, 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) Szyńska Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałatka wiosenna 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) Szyńska Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, 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) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, 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 rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biał. mleka w osłonce niejadalnej. 30 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU, PSZ, SEL.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, 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 rozdrobniony, 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 rozdrobniony, 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: 2082.91 kcal; Białko ogółem: 96.03 g; Tłuszcz: 55.91 g; Kw. tł. nasy.: 22.86 g; Węglowodany ogółem: 312.18 g; W tym cukry: 60.36 g; Błonnik pok.: 29.54 g; Sól: 10.83 g;	Wartość energetyczna: 2154.49 kcal; Białko ogółem: 95.95 g; Tłuszcz: 53.80 g; Kw. tł. nasy.: 22.72 g; Węglowodany ogółem: 333.48 g; W tym cukry: 73.32 g; Błonnik pok.: 27.12 g; Sól: 10.49 g;	Wartość energetyczna: 2116.83 kcal; Białko ogółem: 88.09 g; Tłuszcz: 50.45 g; Kw. tł. nasy.: 20.96 g; Węglowodany ogółem: 338.34 g; W tym cukry: 75.87 g; Błonnik pok.: 22.50 g; Sól: 9.40 g;	Wartość energetyczna: 2035.20 kcal; Białko ogółem: 103.76 g; Tłuszcz: 59.46 g; Kw. tł. nasy.: 23.55 g; Węglowodany ogółem: 287.35 g; W tym cukry: 35.80 g; Błonnik pok.: 39.69 g; Sól: 11.09 g;	Wartość energetyczna: 2069.45 kcal; Białko ogółem: 93.86 g; Tłuszcz: 44.85 g; Kw. tł. nasy.: 19.86 g; Węglowodany ogółem: 334.13 g; W tym cukry: 74.63 g; Błonnik pok.: 25.58 g; Sól: 10.22 g;	Wartość energetyczna: 1431.84 kcal; Białko ogółem: 72.10 g; Tłuszcz: 39.32 g; Kw. tł. nasy.: 16.72 g; Węglowodany ogółem: 203.68 g; W tym cukry: 84.57 g; Błonnik pok.: 13.94 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 1508.97 kcal; Białko ogółem: 70.43 g; Tłuszcz: 46.28 g; Kw. tł. nasy.: 21.26 g; Węglowodany ogółem: 209.77 g; W tym cukry: 87.10 g; Błonnik pok.: 15.33 g; Sól: 6.52 g;	Wartość energetyczna: 1891.28 kcal; Białko ogółem: 93.68 g; Tłuszcz: 56.76 g; Kw. tł. nasy.: 24.27 g; Węglowodany ogółem: 260.78 g; W tym cukry: 94.16 g; Błonnik pok.: 20.57 g; Sól: 8.30 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-08-04 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, GOR) 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) Serek a'la homogenizowany z ziolami 80 g (MLE) Serek a'la homogenizowany z ziolami 80 g (MLE) Dżem 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW, GOR) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany z ziolami 80 g (MLE) Dżem 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW, GOR) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, SEL, GOR) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany z ziolami 80 g (MLE) Dżem 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) Serek a'la homogenizowany z ziolami 80 g (MLE) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW, GOR) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, SEL, GOR) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany z ziolami 80 g (MLE) Dżem 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 150 ml (MLE, GLU, OW, GOR) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, SEL, GOR) Masło extra 82% 5 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE) Pomidor 40 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU, OW, GOR) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, SEL, GOR) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW, GOR) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, SEL, GOR) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany z ziolami 80 g (MLE) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
	II/ SN			Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Gruszka 150 g		
Obiad	Kapuśniak z kapusty młodej 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR) Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Cukinia gotowana z pomidorami* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR) Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Cukinia gotowana z pomidorami* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR) Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Cukinia gotowana z pomidorami* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty młodej* 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR) Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Cukinia gotowana z pomidorami* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR) Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Cukinia gotowana z pomidorami* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 200 ml (GLU PSZ, SEL, GOR) Pieczeń rzymska drobiowa 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 120 g (GLU JECZ.) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty młodej* 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR) Pieczeń rzymska drobiowa 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 120 g (GLU JECZ.) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty młodej* 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR) Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 140 g (GLU JECZ.) Surówka z marchwi z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	
	PD			Maślanka 150 ml (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) Paprykarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ.) 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, SEL, GOR) 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 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ, SEL, GOR) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Paprykarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ.) 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, SEL, GOR) 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 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml 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, SEL, GOR) 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 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Ogórek świeży 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, SEL, GOR) 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 (GLU PSZ, SOJ, MLE) Ogórek świeży 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) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) 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) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Masło extra 82% 5 g (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, SEL, GOR) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, SEL, GOR) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g
	Wartość energetyczna: 2397.60 kcal; Białko ogółem: 92.53 g; Tłuszcz: 70.72 g; Kw. tł. nasy.: 25.37 g; Węglowodany ogółem: 364.71 g; W tym cukry: 67.41 g; Błonnik pok.: 35.34 g; Sól: 9.41 g;	Wartość energetyczna: 2478.89 kcal; Białko ogółem: 88.25 g; Tłuszcz: 54.03 g; Kw. tł. nasy.: 23.30 g; Węglowodany ogółem: 419.83 g; W tym cukry: 114.23 g; Błonnik pok.: 23.37 g; Sól: 9.26 g;	Wartość energetyczna: 2519.21 kcal; Białko ogółem: 94.40 g; Tłuszcz: 54.42 g; Kw. tł. nasy.: 23.21 g; Węglowodany ogółem: 421.58 g; W tym cukry: 116.63 g; Błonnik pok.: 18.77 g; Sól: 7.63 g;	Wartość energetyczna: 2295.21 kcal; Białko ogółem: 99.69 g; Tłuszcz: 73.38 g; Kw. tł. nasy.: 22.93 g; Węglowodany ogółem: 333.59 g; W tym cukry: 53.49 g; Błonnik pok.: 49.14 g; Sól: 9.72 g;	Wartość energetyczna: 2498.89 kcal; Białko ogółem: 91.05 g; Tłuszcz: 54.23 g; Kw. tł. nasy.: 23.27 g; Węglowodany ogółem: 421.23 g; W tym cukry: 115.43 g; Błonnik pok.: 21.87 g; Sól: 8.61 g;	Wartość energetyczna: 1457.04 kcal; Białko ogółem: 64.07 g; Tłuszcz: 36.08 g; Kw. tł. nasy.: 16.51 g; Węglowodany ogółem: 227.76 g; W tym cukry: 74.66 g; Błonnik pok.: 18.01 g; Sól: 4.27 g;	Wartość energetyczna: 1632.79 kcal; Białko ogółem: 67.90 g; Tłuszcz: 51.33 g; Kw. tł. nasy.: 22.91 g; Węglowodany ogółem: 235.01 g; W tym cukry: 81.03 g; Błonnik pok.: 20.76 g; Sól: 4.96 g;	Wartość energetyczna: 1944.99 kcal; Białko ogółem: 84.95 g; Tłuszcz: 58.52 g; Kw. tł. nasy.: 25.55 g; Węglowodany ogółem: 281.50 g; W tym cukry: 88.04 g; Błonnik pok.: 25.15 g; Sól: 6.50 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-08-04 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	
2024-08-01 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, 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) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g 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) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jabłko pieczone 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) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Ogórek świeży 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Arbuz 150 g		
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Sos boloński z mięsa wieprz top* 150 g (GLU PSZ, SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ) Sałata zielona z rzodkiewką i jogurtem 60 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Sos boloński z mięsa wieprz top* 150 g (GLU PSZ, SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ) Bukiet jarzyn gotowanych królewski* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Sos boloński z mięsa wieprz top* 150 g (GLU PSZ, SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Sos boloński z mięsa wieprz top* 150 g (GLU PSZ, SEL) Makaron pelmoziarnisty 180 g (GLU PSZ) Sałata zielona z rzodkiewką i jogurtem 60 g (MLE) Bukiet jarzyn gotowanych królewski* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ) Sos boloński z mięsa wieprz top* 150 g (GLU PSZ, SEL) Sałata zielona z rzodkiewką i jogurtem 60 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 200 ml (GLU PSZ, SEL) Sos boloński z mięsa wieprz top* 150 g (GLU PSZ, SEL) Makaron 120 g (GLU PSZ) Sałata zielona z rzodkiewką i jogurtem 60 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL) Sos boloński z mięsa wieprz top* 150 g (GLU PSZ, SEL) Makaron 120 g (GLU PSZ) Sałata zielona z rzodkiewką i jogurtem 60 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL) Sos boloński z mięsa wieprz top* 150 g (GLU PSZ, SEL) Makaron 140 g (GLU PSZ) Sałata zielona z rzodkiewką i jogurtem 60 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
					Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JEJCZ)		Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem 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) Pasztet z fasoli* 100 g (JAJ) Papryka świeża 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) 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) Pasztet z fasoli* 100 g (JAJ) 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) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Papryka świeża 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) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ) 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) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ) Papryka świeża 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 50 g (SOJ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Sałata zielona 10 g		Sałata zielona 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ)
	PN	Wartość energetyczna: 2361.03 kcal; Białko ogółem: 87.61 g; Tłuszcz: 63.94 g; Kw. tł. nasy.: 24.14 g; Węglowodany ogółem: 376.65 g; W tym cukry: 64.37 g; Błonnik pok.: 35.76 g; Sól: 7.80 g;	Wartość energetyczna: 2187.32 kcal; Białko ogółem: 84.51 g; Tłuszcz: 48.75 g; Kw. tł. nasy.: 21.41 g; Węglowodany ogółem: 361.55 g; W tym cukry: 69.15 g; Błonnik pok.: 22.76 g; Sól: 9.00 g;	Wartość energetyczna: 2276.03 kcal; Białko ogółem: 88.58 g; Tłuszcz: 54.92 g; Kw. tł. nasy.: 21.52 g; Węglowodany ogółem: 368.79 g; W tym cukry: 76.94 g; Błonnik pok.: 22.90 g; Sól: 7.55 g;	Wartość energetyczna: 2321.34 kcal; Białko ogółem: 102.88 g; Tłuszcz: 67.96 g; Kw. tł. nasy.: 24.51 g; Węglowodany ogółem: 342.55 g; W tym cukry: 35.14 g; Błonnik pok.: 52.11 g; Sól: 7.52 g;	Wartość energetyczna: 2256.83 kcal; Białko ogółem: 85.33 g; Tłuszcz: 54.75 g; Kw. tł. nasy.: 21.59 g; Węglowodany ogółem: 368.64 g; W tym cukry: 75.81 g; Błonnik pok.: 26.10 g; Sól: 8.52 g;	Wartość energetyczna: 1480.52 kcal; Białko ogółem: 60.42 g; Tłuszcz: 34.74 g; Kw. tł. nasy.: 14.99 g; Węglowodany ogółem: 238.70 g; W tym cukry: 91.42 g; Błonnik pok.: 12.87 g; Sól: 3.99 g;	Wartość energetyczna: 1591.38 kcal; Białko ogółem: 60.15 g; Tłuszcz: 41.66 g; Kw. tł. nasy.: 19.56 g; Węglowodany ogółem: 251.88 g; W tym cukry: 102.59 g; Błonnik pok.: 14.12 g; Sól: 4.31 g;	Wartość energetyczna: 1764.41 kcal; Białko ogółem: 68.14 g; Tłuszcz: 43.57 g; Kw. tł. nasy.: 19.98 g; Węglowodany ogółem: 284.14 g; W tym cukry: 104.78 g; Błonnik pok.: 17.33 g; Sól: 6.02 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-08-04 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	
2024-08-02 piątek	Sniadanie	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) Twarożek 80 g (MLE) Brzoskwinia 1 szt 1 szt Salata zielona 20 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) Twarożek 80 g (MLE) Dżem 80 g Salata zielona 20 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) Twarożek 80 g (MLE) Dżem 80 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 80 g (MLE) Brzoskwinia 1 szt 1 szt Salata 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) Twarożek 80 g (MLE) Dżem 80 g Salata 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) Twarożek 50 g (MLE) Pomidor 40 g Salata 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) Twarożek 50 g (MLE) Pomidor 50 g Salata 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) Twarożek 80 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
				Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml				Brzoskwinia 1 szt 1 szt	
	Obiad	Krupnik jęczmienny z ziemiakami* 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ryba pieczona (Brama) 80 g (RYB, może zawierać: SKO, MCK) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemiaki młode gotowane 180 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemiakami (bez mleka)* 400 ml (SEL, GLU JECZ.) Ryba pieczona (Brama) 80 g (RYB, może zawierać: SKO, MCK) Warzywa po grecku* 130 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemiaki młode gotowane 180 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemiakami (bez mleka)* 400 ml (SEL, GLU JECZ.) Ryba pieczona (Brama) 80 g (RYB, może zawierać: SKO, MCK) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemiaki 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	Krupnik jęczmienny z ziemiakami (bez mleka)* 400 ml (SEL, GLU JECZ.) Ryba pieczona (Brama) 80 g (RYB, może zawierać: SKO, MCK) Warzywa po grecku* 130 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemiaki młode gotowane 180 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemiakami* 200 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ryba pieczona (Brama) 80 g (RYB, może zawierać: SKO, MCK) Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemiaki młode gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemiakami* 300 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ryba pieczona (Brama) 60 g (RYB, może zawierać: SKO, MCK) Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemiaki młode gotowane 120 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemiakami* 300 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ryba pieczona (Brama) 80 g (RYB, może zawierać: SKO, MCK) Warzywa po grecku* 130 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemiaki młode gotowane 140 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	
				Maślanka 150 ml (MLE) Słupki z marchewki 50 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) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor 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.) Cukinia pieczona z olejem () 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 Szyńska Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (SOJ.) 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) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor 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) Szyńska Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (SOJ.) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 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% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 50 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 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
				Szyńska Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Salata zielona 10 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyńska Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Salata zielona 10 g		Szyńska Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Salata zielona 10 g	
	P/N	Wartość energetyczna: 2188.32 kcal; Białko ogółem: 95.93 g; Tłuszcz: 60.02 g; Kw. tł. nasy.: 25.23 g; Węglowodany ogółem: 329.33 g; W tym cukry: 69.33 g; Błonnik pok.: 30.20 g; Sól: 7.28 g;	Wartość energetyczna: 2293.47 kcal; Białko ogółem: 98.37 g; Tłuszcz: 58.08 g; Kw. tł. nasy.: 25.00 g; Węglowodany ogółem: 353.52 g; W tym cukry: 91.82 g; Błonnik pok.: 21.87 g; Sól: 6.87 g;	Wartość energetyczna: 2217.29 kcal; Białko ogółem: 94.49 g; Tłuszcz: 49.68 g; Kw. tł. nasy.: 21.93 g; Węglowodany ogółem: 356.41 g; W tym cukry: 92.95 g; Błonnik pok.: 18.67 g; Sól: 6.82 g;	Wartość energetyczna: 2030.90 kcal; Białko ogółem: 103.26 g; Tłuszcz: 60.49 g; Kw. tł. nasy.: 22.97 g; Węglowodany ogółem: 289.24 g; W tym cukry: 43.45 g; Błonnik pok.: 43.51 g; Sól: 7.71 g;	Wartość energetyczna: 2198.09 kcal; Białko ogółem: 91.24 g; Tłuszcz: 49.50 g; Kw. tł. nasy.: 22.00 g; Węglowodany ogółem: 356.26 g; W tym cukry: 91.82 g; Błonnik pok.: 21.87 g; Sól: 7.79 g;	Wartość energetyczna: 1352.13 kcal; Białko ogółem: 65.40 g; Tłuszcz: 35.75 g; Kw. tł. nasy.: 16.06 g; Węglowodany ogółem: 196.88 g; W tym cukry: 80.09 g; Błonnik pok.: 13.31 g; Sól: 3.01 g;	Wartość energetyczna: 1436.78 kcal; Białko ogółem: 63.58 g; Tłuszcz: 42.73 g; Kw. tł. nasy.: 20.60 g; Węglowodany ogółem: 204.88 g; W tym cukry: 82.66 g; Błonnik pok.: 14.65 g; Sól: 3.13 g;	Wartość energetyczna: 1733.35 kcal; Białko ogółem: 81.67 g; Tłuszcz: 48.73 g; Kw. tł. nasy.: 22.96 g; Węglowodany ogółem: 248.65 g; W tym cukry: 91.56 g; Błonnik pok.: 18.05 g; Sól: 3.96 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-08-04 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	
2024-08-03 sobota	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) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ,) Pomidor 80 g Sałata lodowa 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) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ,) Jabłko pieczone 150 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) mielona Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ,) 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) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ,) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/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) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ,) Pomidor 40 g Sałata lodowa 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) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ,) Pomidor 50 g Sałata lodowa 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) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ,) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
		II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 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		
2024-08-03 sobota	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL,) Ryż na sytko z kurkumą 180 g Surowka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ, SEL,) Ryż na sytko z kurkumą 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL,) Ryż na sytko (brązowy) 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 60 g (SEL,) Surowka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Ryż na sytko z kurkumą 180 g Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ, SEL,) Ryż na sytko z kurkumą 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami* 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ, SEL,) Ryż na sytko z kurkumą 140 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ, SEL,) Ryż na sytko z kurkumą 140 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml		
		PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT, GLU JEZ,)		Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE)		
2024-08-03 sobota	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 Ciecchanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,) 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) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) 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 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) Pomidor b/skórki 80 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) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) Rzodkiew biała 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) Rzodkiew biała 50 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) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
		PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,)	Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, 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 maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Dżem 25 g 1 szt Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,)	Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Dżem 25 g 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2188.72 kcal; Białko ogółem: 79.53 g; Tłuszcz: 57.65 g; Kw. tł. nasy.: 21.63 g; Węglowodany ogółem: 351.10 g; W tym cukry: 65.75 g; Błonnik pok.: 30.73 g; Sól: 8.38 g;	Wartość energetyczna: 2177.59 kcal; Białko ogółem: 81.57 g; Tłuszcz: 41.76 g; Kw. tł. nasy.: 18.59 g; Węglowodany ogółem: 381.98 g; W tym cukry: 82.85 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 1965.20 kcal; Białko ogółem: 80.51 g; Tłuszcz: 41.01 g; Kw. tł. nasy.: 18.28 g; Węglowodany ogółem: 330.33 g; W tym cukry: 85.26 g; Błonnik pok.: 21.53 g; Sól: 6.47 g;	Wartość energetyczna: 2128.36 kcal; Białko ogółem: 84.42 g; Tłuszcz: 66.04 g; Kw. tł. nasy.: 25.58 g; Węglowodany ogółem: 320.66 g; W tym cukry: 31.76 g; Błonnik pok.: 52.41 g; Sól: 10.00 g;	Wartość energetyczna: 2196.94 kcal; Białko ogółem: 84.35 g; Tłuszcz: 41.96 g; Kw. tł. nasy.: 18.56 g; Węglowodany ogółem: 383.23 g; W tym cukry: 83.95 g; Błonnik pok.: 23.82 g; Sól: 7.22 g;	Wartość energetyczna: 1540.40 kcal; Białko ogółem: 64.47 g; Tłuszcz: 29.57 g; Kw. tł. nasy.: 12.04 g; Węglowodany ogółem: 263.15 g; W tym cukry: 102.22 g; Błonnik pok.: 15.99 g; Sól: 4.33 g;	Wartość energetyczna: 1662.87 kcal; Białko ogółem: 63.57 g; Tłuszcz: 36.83 g; Kw. tł. nasy.: 16.64 g; Węglowodany ogółem: 279.36 g; W tym cukry: 102.69 g; Błonnik pok.: 17.78 g; Sól: 4.56 g;	Wartość energetyczna: 1881.29 kcal; Białko ogółem: 73.44 g; Tłuszcz: 40.10 g; Kw. tł. nasy.: 17.88 g; Węglowodany ogółem: 318.81 g; W tym cukry: 111.32 g; Błonnik pok.: 21.28 g; Sól: 5.37 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-08-04 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	
2024-08-04 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) 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) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (SOJ.) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (SOJ.) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (SOJ.) Dżem 80 g Salata zielona 20 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) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (SOJ.) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml Salata zielona 20 g	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
					Chleb razowy żytnio-pszenny 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		Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Słupki z marchewki 50 g		
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * (bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Bitka schabowa 80 g (GLU PSZ, SEL.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 180 g Mizéria 130 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Mięso wiewprzowe mielone w sosie wł 80 g (GLU PSZ, SEL.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (SEL.) Mizéria 130 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym * b/mleka 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Bitka schabowa 80 g (GLU PSZ, SEL.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 60 g (SEL.) Mizéria 130 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Bitka schabowa 80 g (GLU PSZ, SEL.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (SEL.) Mizéria 130 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bitka schabowa 60 g (GLU PSZ, SEL.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 100 g Mizéria 130 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bitka schabowa 60 g (GLU PSZ, SEL.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 120 g Mizéria 130 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bitka schabowa 80 g (GLU PSZ, SEL.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 140 g Mizéria 130 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	
					Maślanka 150 ml (MLE) Jabłko 150 g		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) Ser żółty 50 g (MLE) Jabłko 150 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) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 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) Serek a'la homogenizowany 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) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Kalarepa 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) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 80 g Salata 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 30 g (MLE) Kalarepa 40 g Salata 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) Kalarepa 50 g Salata 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) Ser żółty 50 g (MLE) Kalarepa 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
				Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Salata zielona 10 g	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	
		Wartość energetyczna: 2407.96 kcal; Białko ogółem: 96.94 g; Tłuszcz: 75.10 g; Kw. tł. nasy.: 34.16 g; Węglowodany ogółem: 349.31 g; W tym cukry: 80.26 g; Błonnik pok.: 27.66 g; Sól: 8.47 g;	Wartość energetyczna: 2531.12 kcal; Białko ogółem: 103.71 g; Tłuszcz: 67.16 g; Kw. tł. nasy.: 25.76 g; Węglowodany ogółem: 389.56 g; W tym cukry: 119.24 g; Błonnik pok.: 22.09 g; Sól: 7.07 g;	Wartość energetyczna: 2551.03 kcal; Białko ogółem: 105.85 g; Tłuszcz: 70.73 g; Kw. tł. nasy.: 26.94 g; Węglowodany ogółem: 389.91 g; W tym cukry: 119.90 g; Błonnik pok.: 19.84 g; Sól: 6.22 g;	Wartość energetyczna: 2095.13 kcal; Białko ogółem: 105.85 g; Tłuszcz: 65.47 g; Kw. tł. nasy.: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 292.30 g; W tym cukry: 59.74 g; Błonnik pok.: 43.96 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2531.12 kcal; Białko ogółem: 103.71 g; Tłuszcz: 67.16 g; Kw. tł. nasy.: 25.76 g; Węglowodany ogółem: 389.56 g; W tym cukry: 119.24 g; Błonnik pok.: 16.68 g; Sól: 4.95 g;	Wartość energetyczna: 1879.68 kcal; Białko ogółem: 88.43 g; Tłuszcz: 62.99 g; Kw. tł. nasy.: 28.43 g; Węglowodany ogółem: 247.32 g; W tym cukry: 81.04 g; Błonnik pok.: 16.68 g; Sól: 5.23 g;	Wartość energetyczna: 1977.84 kcal; Białko ogółem: 88.46 g; Tłuszcz: 72.22 g; Kw. tł. nasy.: 34.46 g; Węglowodany ogółem: 252.07 g; W tym cukry: 82.60 g; Błonnik pok.: 17.96 g; Sól: 5.23 g;	Wartość energetyczna: 2212.69 kcal; Białko ogółem: 101.65 g; Tłuszcz: 79.13 g; Kw. tł. nasy.: 37.22 g; Węglowodany ogółem: 283.78 g; W tym cukry: 85.13 g; Błonnik pok.: 21.14 g; Sól: 6.34 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,