

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-31

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa

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), Serek Fromage 100 g (GLU PSZ, MLE), Jabłko 150 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ), Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ), Surówka Colesław (bez mleka) 130 g (JAJ, GOR), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 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), Szyunka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, 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), Hummus z ciecierzycy 50 g, Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: E: 2609.89 kcal; B: 81.91 g; T: 91.89 g; Kw. tł. nasy.: 46.54 g; W: 376.08 g; W tym cukry: 79.28 g; Bł.: 33.93 g; Sól: 8.8 g; WW: 34.4 Por; Ener. z B: 12.55 %; Ener. z W: 52.44 %; Ener. z T: 31.69 %; Ener. z Bł.: 2.6 %; K: 2892.77 mg;

W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna

Śniadanie: Ryż na mleku 300 ml (MLE), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Twarożek z koperkiem 80 g (MLE), Jabłko pieczone 150 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL), Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ), Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ), Buraczki gotowane 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Szyunka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE), Cukinia pieczona z koncentratem * 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), Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g, Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: E: 2291.56 kcal; B: 91.32 g; T: 53.77 g; Kw. tł. nasy.: 23.01 g; W: 372.71 g; W tym cukry: 80.47 g; Bł.: 25.82 g; Sól: 8.58 g; WW: 34.73 Por; Ener. z B: 15.94 %; Ener. z W: 60.55 %; Ener. z T: 21.12 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 3053.5 mg;

W-wa- PIM MSWiA III Kleikowa

Śniadanie: Kleik ryżowy na wodzie 400 g, Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE), Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml,

Obiad: Kleik ryżowy na wodzie 400 g, Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE), Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml,

Kolacja: Kleik ryżowy na wodzie 400 g, Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE), Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml,

Wartości odżywcze: E: 1031.85 kcal; B: 25.71 g; T: 8.04 g; Kw. tł. nasy.: .3 g; W: 215.07 g; W tym cukry: .39 g; Bł.: 4.68 g; Sól: .44 g; WW: 21.15 Por; Ener. z B: 9.97 %; Ener. z W: 81.56 %; Ener. z T: 7.01 %; Ener. z Bł.: .91 %; K: 274.05 mg;

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

Śniadanie: Ryż na mleku 300 ml (MLE), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Jabłko pieczone 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL), Mięso drobiowe mielone w sosie wł 80 g (GLU PSZ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ), Buraczki gotowane 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), mielona Szyunka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE), Cukinia pieczona z koncentratem * 80 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-31

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 5 g (MLE, _), mielona Szyngowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g , Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2341.23 kcal; B: 97.38 g; T: 58.93 g; Kw. tł. nasy.: 23.78 g; W: 366.48 g; W tym cukry: 81.43 g; Bł.: 23.21 g; Sól: 7.73 g; WW: 34.36 Por; Ener. z B: 16.64 %; Ener. z W: 58.65 %; Ener. z T: 22.65 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 3131.57 mg;

W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych

Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE, _), Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Twarożek z koperkiem 80 g (MLE, _), Jabłko 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

II ŚN: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Szyngota gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, _), Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

Obiad: Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ, _), Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE, _), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ, _), Surówka Colesław (bez mleka) 130 g (JAJ, GOR, _), Cukinia pieczona z olejem * 60 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

PD: Maślanka 150 ml (MLE, _), Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _),

Kolacja: Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Szyngota szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, _), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

PN: Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 5 g (MLE, _), Hummus z ciecierzycy 50 g , Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2347.84 kcal; B: 95.62 g; T: 66.49 g; Kw. tł. nasy.: 23.54 g; W: 359.57 g; W tym cukry: 68.91 g; Bł.: 45.73 g; Sól: 9.22 g; WW: 31.55 Por; Ener. z B: 16.29 %; Ener. z W: 53.47 %; Ener. z T: 25.49 %; Ener. z Bł.: 3.9 %; K: 3948.45 mg;

W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa

Śniadanie: Ryż na mleku 300 ml (MLE, _), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Twarożek z koperkiem 80 g (MLE, _), Jabłko pieczone 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ, _), Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE, _), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ, _), Buraczki gotowane 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Szyngota szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, _), Cukinia pieczona z koncentratem * 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 5 g (MLE, _), Szyngowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g , Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2301.56 kcal; B: 92.72 g; T: 53.87 g; Kw. tł. nasy.: 22.99 g; W: 373.41 g; W tym cukry: 81.07 g; Bł.: 25.07 g; Sól: 8.25 g; WW: 34.88 Por; Ener. z B: 16.11 %; Ener. z W: 60.54 %; Ener. z T: 21.06 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 3109.5 mg;

W-wa- PIM MSWiA S1 Niskobiałkowa/Ziemniaczana

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Twarożek z koperkiem 50 g (MLE, _), Miód (25g) 1 szt , Jabłko pieczone 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-31

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA S1 Niskobiałkowa/Ziemniaczana

Obiad: Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Kopytka ziemniaczane * 300 g (GLU PSZ, JAJ, _), Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE, _), Surówka Colesław (bez mleka) 130 g (JAJ, GOR, _), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Paluszki ziemniaczane 300 g (GLU PSZ, JAJ, _), Cukinia pieczona z koncentratem * 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 5 g (MLE, _), Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g , Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2413.1 kcal; B: 53.99 g; T: 84.26 g; Kw. tł. nasy.: 22.45 g; W: 366.6 g; W tym cukry: 68.65 g; Bł.: 20.19 g; Sól: 3.66 g; WW: 34.68 Por; Ener. z B: 8.95 %; Ener. z W: 57.42 %; Ener. z T: 31.42 %; Ener. z Bł.: 1.67 %; K: 3157.02 mg;

W-wa- PIM MSWiA S3 Niskofosforanowa

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Twarożek 100 g (MLE, _), Jabłko pieczone 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ, _), Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE, _), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ, _), Buraczki gotowane 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Filet z kurczaka gotowany 50 g , Cukinia pieczona z koncentratem * 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

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

Wartości odżywcze: E: 2091.25 kcal; B: 98.27 g; T: 49.26 g; Kw. tł. nasy.: 20.46 g; W: 324.74 g; W tym cukry: 70.03 g; Bł.: 22.36 g; Sól: 4.92 g; WW: 30.26 Por; Ener. z B: 18.8 %; Ener. z W: 57.84 %; Ener. z T: 21.2 %; Ener. z Bł.: 2.14 %; K: 3274.88 mg;

W-wa- PIM MSWiA S4 Alergiczna

Śniadanie: Ryż na wodzie 300 ml , Chleb bezglutenowy 100 g , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g , Schab gotowany 40 g , Jabłko pieczone 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Ziemniaczana *(bez glutenu, mleka) 400 ml (SEL, _), Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy (b/g b/ml)* 80 ml , Ziemniaki 180 g , Buraczki gotowane 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb bezglutenowy 100 g , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g , Filet z kurczaka gotowany 50 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

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

Wartości odżywcze: E: 1826.93 kcal; B: 79.26 g; T: 40.43 g; Kw. tł. nasy.: 8.34 g; W: 290.91 g; W tym cukry: 59.49 g; Bł.: 15.34 g; Sól: 2.23 g; WW: 27.57 Por; Ener. z B: 17.35 %; Ener. z W: 60.34 %; Ener. z T: 19.92 %; Ener. z Bł.: 1.68 %; K: 3806.97 mg;

W-wa- PIM MSWiA S5 Płynna/Sonda

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

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

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

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-31

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA S5 Płynna/Sonda

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Wartości odżywcze: E: 2507.03 kcal; B: 127.62 g; T: 103.74 g; Kw. tł. nasy.: 16.2 g; W: 280.55 g; W tym cukry: 51.86 g; Bł.: 28.59 g; Sól: 2.48 g; WW: 24.97 Por; Ener. z B: 20.36 %; Ener. z W: 40.2 %; Ener. z T: 37.24 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 5746.39 mg;

W-wa- PIM MSWiA S7 Niskosodowa

Śniadanie: Ryż na mleku 300 ml (MLE, _), Chleb pszenno-żytni bez soli 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Twarożek z koperkiem 80 g (MLE, _), Jabłko pieczone 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Brokułowa z ziemniakami (bez soli) * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _), Pulpet drobiowy (bez soli) 80 g (GLU PSZ, JAJ, _), Sos pietruszkowy (bez soli)* 100 ml (GLU PSZ, MLE, _), Kasza jęczmienna/sypko (bez soli) 180 g (GLU JEĆZ, _), Buraczki gotowane (bez soli) 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb pszenno-żytni bez soli 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g , Cukinia pieczona z koncentratem * 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

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

Wartości odżywcze: E: 2148.04 kcal; B: 102.83 g; T: 55.17 g; Kw. tł. nasy.: 23.02 g; W: 316.22 g; W tym cukry: 79.76 g; Bł.: 18.22 g; Sól: 1.45 g; WW: 29.83 Por; Ener. z B: 19.15 %; Ener. z W: 55.49 %; Ener. z T: 23.12 %; Ener. z Bł.: 1.7 %; K: 3354.77 mg;

W-wa- PIM MSWiA S8 Niskobiałkowa

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Twarożek z koperkiem 50 g (MLE, _), Miód (25g) 1 szt , Jabłko pieczone 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Pulpet drobiowy 70 g (GLU PSZ, JAJ, _), Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE, _), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEĆZ, _), Buraczki gotowane 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-31

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA S8 Niskobiałkowa

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, _), Dżem 40 g , Cukinia pieczona z koncentratem * 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 5 g (MLE, _), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g , Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2087.83 kcal; B: 70.17 g; T: 45.22 g; Kw. tł. nasy.: 18.68 g; W: 361.96 g; W tym cukry: 82.43 g; Bł.: 24.83 g; Sól: 7.25 g; WW: 33.71 Por; Ener. z B: 13.44 %; Ener. z W: 64.59 %; Ener. z T: 19.49 %; Ener. z Bł.: 2.38 %; K: 2635.61 mg;

W-wa- PIM MSWiA Aspirynowa

Śniadanie: Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Twarożek z koperkiem 80 g (MLE, _), Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ, _), Ziemniaki 180 g , Buraczki gotowane 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Filet z kurczaka gotowany 50 g , Banan 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 5 g (MLE, _), Schab gotowany 30 g ,

Wartości odżywcze: E: 1875.18 kcal; B: 82.66 g; T: 40.32 g; Kw. tł. nasy.: 19.44 g; W: 308.02 g; W tym cukry: 77.04 g; Bł.: 25.92 g; Sól: 5.8 g; WW: 28.27 Por; Ener. z B: 17.63 %; Ener. z W: 60.17 %; Ener. z T: 19.35 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 4021.04 mg;

W-wa- PIM MSWiA Niskopurynowa

Śniadanie: Ryż na mleku 300 ml (MLE, _), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Twarożek z koperkiem 80 g (MLE, _), Jabłko 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Kaszotto jaglane z soczewicą* 300 g (SEL, _), Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE, _), Buraczki gotowane 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Hummus z ciecierzycy 80 g , 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, _), Ser żółty 30 g (MLE, _), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2386.76 kcal; B: 82.22 g; T: 56.53 g; Kw. tł. nasy.: 26.94 g; W: 399.44 g; W tym cukry: 83.33 g; Bł.: 28.72 g; Sól: 6.83 g; WW: 37.15 Por; Ener. z B: 13.78 %; Ener. z W: 62.13 %; Ener. z T: 21.32 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 3086.31 mg;

W-wa- PIM MSWiA Położniczo-ciężowa

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, _), Twarożek z koperkiem 80 g (MLE, _), Jabłko pieczone 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

II ŚN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, _), Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-31

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Położniczo-ciężowa

Obiad: Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ, _), Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ, _), Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE, _), Buraczki gotowane 130 g , Cukinia pieczona z olejem * 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

PD: Maślanka 150 ml (MLE, _), Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _),

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Szyunka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, _), Cukinia pieczona z koncentratem * 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, _), Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g , Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2688.11 kcal; B: 106.37 g; T: 63.93 g; Kw. tł. nasy.: 24.72 g; W: 435.36 g; W tym cukry: 92.81 g; Bł.: 35.9 g; Sól: 11.59 g; WW: 40 Por; Ener. z B: 15.83 %; Ener. z W: 59.44 %; Ener. z T: 21.4 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 3872.88 mg;

W-wa- PIM MSWiA Wegetariańska

Śniadanie: Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Serek Fromage 100 g (GLU PSZ, MLE, _), Jabłko 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml , Ryż na mleku 300 ml (MLE, _),

Obiad: Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Kaszotto jaglane z soczewicą* 300 g (SEL, _), Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE, _), Surówka Colesław (bez mleka) 130 g (JAJ, GOR, _), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Hummus z ciecierzycy 80 g , 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, _), Ser żółty 30 g (MLE, _), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2642.21 kcal; B: 75.15 g; T: 92.79 g; Kw. tł. nasy.: 50.51 g; W: 390.16 g; W tym cukry: 83.41 g; Bł.: 36.49 g; Sól: 7.9 g; WW: 35.5 Por; Ener. z B: 11.38 %; Ener. z W: 53.54 %; Ener. z T: 31.61 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 2932.22 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa

Śniadanie: Ryż na mleku 300 ml (MLE, _), Chleb bezglutenowy 100 g , Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Twarożek z koperkiem 80 g (MLE, _), Jabłko pieczone 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Brokułowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka) * 400 ml (SEL, _), Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ, _), Sos pietruszkowy (b/g b/ml)* 80 ml , Ziemniaki 180 g , Buraczki gotowane 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb bezglutenowy 100 g , Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Filet z kurczaka gotowany 50 g , Cukinia pieczona z koncentratem * 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

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

Wartości odżywcze: E: 2081.41 kcal; B: 80.79 g; T: 58.5 g; Kw. tł. nasy.: 21.91 g; W: 312.78 g; W tym cukry: 78.68 g; Bł.: 17.07 g; Sól: 2.75 g; WW: 29.61 Por; Ener. z B: 15.52 %; Ener. z W: 56.83 %; Ener. z T: 25.29 %; Ener. z Bł.: 1.64 %; K: 4145.51 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa bezmleczna

Śniadanie: Ryż na wodzie 300 ml , Chleb bezglutenowy 100 g , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g , Filet z kurczaka gotowany 40 g , Jabłko pieczone 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-31

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa bezmleczna

Obiad: Brokułowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka) * 400 ml (SEL,), Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos pietruszkowy (b/g b/ml)* 80 ml , Ziemniaki 180 g , Buraczki gotowane 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb bezglutenowy 100 g , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g , Hummus z ciecierzycy 80 g , Cukinia pieczona z koncentratem * 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

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

Wartości odżywcze: E: 1989.03 kcal; B: 61.44 g; T: 57.77 g; Kw. tł. nasy.: 9.33 g; W: 308.71 g; W tym cukry: 63.58 g; Bł.: 17.11 g; Sól: 2.51 g; WW: 29.16 Por; Ener. z B: 12.35 %; Ener. z W: 58.64 %; Ener. z T: 26.14 %; Ener. z Bł.: 1.72 %; K: 3645.24 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezmleczna

Śniadanie: Ryż na wodzie 300 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ,), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g , Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (SOJ, GOR,), Jabłko pieczone 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLUPSZ, SEL,), Pulpet drobiowy 80 g (GLUPSZ, JAJ,), Sos pietruszkowy* 80 ml (GLUPSZ, MLE,), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEĆZ,), Buraczki gotowane 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g , Szyńka szkolna- wp. parzona 50 g (GLUPSZ, SOJ, MLE,), Cukinia pieczona z koncentratem * 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g , Szyńkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g , Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2114.38 kcal; B: 76.77 g; T: 47.28 g; Kw. tł. nasy.: 10.03 g; W: 357.09 g; W tym cukry: 65.33 g; Bł.: 25.75 g; Sól: 9.07 g; WW: 33.11 Por; Ener. z B: 14.52 %; Ener. z W: 62.68 %; Ener. z T: 20.12 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 2593.63 mg;

W-wa- PIM MSWiA Rozdrobniona/Mielona

Śniadanie: Ryż na mleku 300 ml (MLE,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Twarożek z koperkiem 80 g (MLE,), Jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLUPSZ, SEL,), Mięso drobiowe mielone w sosie wł 80 g (GLUPSZ,), Ziemniaki puree 180 g (MLE,), Buraczki gotowane 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), mielona Szyńka szkolna- wp. parzona 50 g (GLUPSZ, SOJ, MLE,), Cukinia pieczona z koncentratem * 80 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), mielona Szyńkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g ,

Wartości odżywcze: E: 2268.6 kcal; B: 94.37 g; T: 56.09 g; Kw. tł. nasy.: 23 g; W: 357.25 g; W tym cukry: 81.72 g; Bł.: 21.39 g; Sól: 7.53 g; WW: 33.63 Por; Ener. z B: 16.64 %; Ener. z W: 59.22 %; Ener. z T: 22.25 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 3976.52 mg;

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

Śniadanie: Ryż na mleku 150 ml (MLE,), Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Serek Fromage 50 g (GLUPSZ, MLE,), Jabłko 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-31

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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

II ŚN: Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt ,

Obiad: Brokułowa z ziemniakami* 200 ml (GLUPSZ, MLE, SEL,), Pulpet drobiowy 60 g (GLUPSZ, JAJ,), Sos pietruszkowy* 80 ml (GLUPSZ, MLE,), Kasza jęczmienna/sypko 120 g (GLU JĘCZ,), Buraczki gotowane 100 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml ,

PD: Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE,),

Kolacja: Kasza manna na mleku 150 ml (GLUPSZ, MLE,), Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Szyunka szkolna- wp. parzona 30 g (GLUPSZ, SOJ, MLE,), Papryka świeża 40 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,

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

Wartości odżywcze: E: 1777.02 kcal; B: 61.21 g; T: 56.68 g; Kw. tł. nasy.: 28.82 g; W: 260.47 g; W tym cukry: 102.98 g; Bł.: 15.41 g; Sól: 3.87 g; WW: 24.6 Por; Ener. z B: 13.78 %; Ener. z W: 55.16 %; Ener. z T: 28.71 %; Ener. z Bł.: 1.73 %; K: 2601.11 mg;

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

Śniadanie: Ryż na mleku 200 ml (MLE,), Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Serek Fromage 50 g (GLUPSZ, MLE,), Jabłko 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

II ŚN: Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt ,

Obiad: Brokułowa z ziemniakami* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL,), Pulpet drobiowy 80 g (GLUPSZ, JAJ,), Sos pietruszkowy* 80 ml (GLUPSZ, MLE,), Kasza jęczmienna/sypko 120 g (GLU JĘCZ,), Buraczki gotowane 100 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml ,

PD: Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE,),

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szyunka szkolna- wp. parzona 40 g (GLUPSZ, SOJ, MLE,), Papryka świeża 40 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

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

Wartości odżywcze: E: 1922.47 kcal; B: 64.57 g; T: 66.15 g; Kw. tł. nasy.: 33.88 g; W: 272.68 g; W tym cukry: 111.54 g; Bł.: 16.21 g; Sól: 4.35 g; WW: 25.74 Por; Ener. z B: 13.43 %; Ener. z W: 53.36 %; Ener. z T: 30.97 %; Ener. z Bł.: 1.69 %; K: 2749.1 mg;

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

Śniadanie: Ryż na mleku 300 ml (MLE,), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Serek Fromage 100 g (GLUPSZ, MLE,), Jabłko 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

II ŚN: Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt ,

Obiad: Brokułowa z ziemniakami* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL,), Pulpet drobiowy 80 g (GLUPSZ, JAJ,), Sos pietruszkowy* 80 ml (GLUPSZ, MLE,), Kasza jęczmienna/sypko 140 g (GLU JĘCZ,), Buraczki gotowane 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml ,

PD: Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE,),

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szyunka szkolna- wp. parzona 50 g (GLUPSZ, SOJ, MLE,), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-31

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Hummus z ciecierzycy 50 g , Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2331.59 kcal; B: 77.51 g; T: 85.27 g; Kw. tł. nasy.: 47.76 g; W: 319.5 g; W tym cukry: 120.65 g; Bł.: 20.4 g; Sól: 6.02 g; WW: 30.06 Por; Ener. z B: 13.3 %; Ener. z W: 51.31 %; Ener. z T: 32.91 %; Ener. z Bł.: 1.75 %; K: 3109.2 mg;

W-wa- PIM MSWiA Transplantologia

Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Twarożek 80 g (MLE,), Mus z jabłek () b/c 150 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

II ŚN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,), Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml ,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE,), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ,), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (SEL,), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

PD: Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (MLE,), Podplomyki b/c 30 g (GLU PSZ, MLE,),

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,), Cukinia pieczona z koncentratem * 80 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g ,

Wartości odżywcze: E: 2459.66 kcal; B: 95.29 g; T: 64.05 g; Kw. tł. nasy.: 25.26 g; W: 388.07 g; W tym cukry: 48.94 g; Bł.: 29.47 g; Sól: 10.54 g; WW: 35.79 Por; Ener. z B: 15.5 %; Ener. z W: 58.32 %; Ener. z T: 23.43 %; Ener. z Bł.: 2.4 %; K: 2692.6 mg;

W-wa- PIM MSWiA Cukrzyca oszczędzająca

Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Twarożek z koperkiem 80 g (MLE,), Mus z jabłek () b/c 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

II ŚN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,), Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml ,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE,), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ,), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (SEL,), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

PD: Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (MLE,), Podplomyki b/c 30 g (GLU PSZ, MLE,),

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,), Cukinia pieczona z koncentratem * 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g , Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2471.12 kcal; B: 96.3 g; T: 64.18 g; Kw. tł. nasy.: 25.29 g; W: 390.14 g; W tym cukry: 49.62 g; Bł.: 30.49 g; Sól: 10.64 g; WW: 35.93 Por; Ener. z B: 15.59 %; Ener. z W: 58.22 %; Ener. z T: 23.38 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 2790.97 mg;