

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-24

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa

Śniadanie: Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ,), 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,

Obiad: Jarzynowa z zacierką* 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,), Filet z kurczaka gotowany 80 g, Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE,), Ziemniaki 180 g, Surówka wykwinna z olejem b/c 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,), Baton szynkowy z kurczątką 50 g, Rzodkiew biała 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Wartości odżywcze: E: 1983.31 kcal; B: 86.1 g; T: 57.93 g; Kw. tł. nasy.: 19.5 g; W: 294.39 g; W tym cukry: 60.69 g; Bł.: 30.46 g; Sól: 7.5 g; WW: 26.42 Por; Ener. z B: 17.36 %; Ener. z W: 53.23 %; Ener. z T: 26.29 %; Ener. z Bł.: 3.07 %; K: 3529.46 mg;

W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna

Śniadanie: Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ,), 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,

Obiad: Jarzynowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL,), Filet z kurczaka gotowany 80 g, Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE,), Ziemniaki 180 g, Marchew gotowana z olejem* 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Baton szynkowy z kurczątką 50 g, Jabłko pieczone 150 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Wartości odżywcze: E: 1974.2 kcal; B: 84.67 g; T: 48.73 g; Kw. tł. nasy.: 18.8 g; W: 311.66 g; W tym cukry: 71.79 g; Bł.: 25.85 g; Sól: 7.6 g; WW: 28.63 Por; Ener. z B: 17.16 %; Ener. z W: 57.91 %; Ener. z T: 22.22 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 3199.4 mg;

W-wa- PIM MSWiA III Kleikowa

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

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

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

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

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

Śniadanie: Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ,), 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,

Obiad: Jarzynowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL,), Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE,), Ziemniaki 180 g, Marchew gotowana z olejem* 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,), mielony Baton szynkowy z kurczątką 50 g, Jabłko pieczone 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-24

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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

Wartości odżywcze: E: 1961.44 kcal; B: 73.04 g; T: 47.51 g; Kw. tł. nasy.: 17.04 g; W: 322.17 g; W tym cukry: 73.67 g; Bł.: 22.29 g; Sól: 7.08 g; WW: 30.09 Por; Ener. z B: 14.9 %; Ener. z W: 61.16 %; Ener. z T: 21.8 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 3059.73 mg;

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

Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE), Chleb razowy żytnio-pszeny 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,

II ŚN: Chleb razowy żytnio-pszeny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml,

Obiad: Jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL), Filet z kurczaka gotowany 80 g, Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE), Ziemniaki 180 g, Surówka wykwinna z olejem b/c 130 g (JAJ, GOR), Kalafor gotowany* 60 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml,

PD: Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ), Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE),

Kolacja: Chleb razowy żytnio-pszeny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Baton szynkowy z kurczątkami 50 g, Rzodkiew biała 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), Twaróg półtłusty 50 g (MLE), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: E: 2159.65 kcal; B: 105.31 g; T: 69.28 g; Kw. tł. nasy.: 23.77 g; W: 297.21 g; W tym cukry: 29.31 g; Bł.: 42.27 g; Sól: 9.33 g; WW: 25.5 Por; Ener. z B: 19.51 %; Ener. z W: 47.22 %; Ener. z T: 28.87 %; Ener. z Bł.: 3.91 %; K: 4272.48 mg;

W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa

Śniadanie: Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ), 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,

Obiad: Jarzynowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL), Ziemniaki 180 g, Filet z kurczaka gotowany 80 g, Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE), Marchew gotowana z olejem* 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Baton szynkowy z kurczątkami 50 g, Jabłko pieczone 150 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Wartości odżywcze: E: 1889.24 kcal; B: 79.25 g; T: 40.13 g; Kw. tł. nasy.: 15.77 g; W: 314.98 g; W tym cukry: 72.89 g; Bł.: 24.32 g; Sól: 7.61 g; WW: 29.18 Por; Ener. z B: 16.78 %; Ener. z W: 61.54 %; Ener. z T: 19.12 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 3168.73 mg;

W-wa- PIM MSWiA S1 Niskobiałkowa/Ziemniaczana

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Dżem 30 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Jarzynowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL), Pierogi ukraińskie * 300 g (GLU PSZ, MLE), Surówka wykwinna z olejem b/c 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), Zapiekanka z ziemniaków i warzyw* 300 g (JAJ, MLE, SEL), Jabłko pieczone 150 g, Sałata zielona 20 g, Miód (25g) 1 szt, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-24

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA S1 Niskobiałkowa/Ziemniaczana

Wartości odżywcze: E: 2042.68 kcal; B: 56.66 g; T: 76.56 g; Kw. tł. nasy.: 31.67 g; W: 294.23 g; W tym cukry: 78 g; Bł.: 22.81 g; Sól: 2.77 g; WW: 26.99 Por; Ener. z B: 11.1 %; Ener. z W: 53.15 %; Ener. z T: 33.73 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 2728.06 mg;

W-wa- PIM MSWiA S3 Niskofosforanowa

Śniadanie: 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,

Obiad: Jarzynowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.), Pierogi ukraińskie * 300 g (GLU PSZ, MLE.), Surówka wykwinna z olejem b/c 130 g (JAJ, GOR.), 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.), Filet z kurczaka gotowany 50 g, Jabłko pieczone 150 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Wartości odżywcze: E: 2150.34 kcal; B: 76.9 g; T: 69.65 g; Kw. tł. nasy.: 27.43 g; W: 314.79 g; W tym cukry: 62.44 g; Bł.: 21.37 g; Sól: 4.53 g; WW: 29.16 Por; Ener. z B: 14.3 %; Ener. z W: 54.58 %; Ener. z T: 29.15 %; Ener. z Bł.: 1.99 %; K: 2166.89 mg;

W-wa- PIM MSWiA S4 Alergiczna

Śniadanie: Kasza jaglana 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, Ziemniaki 180 g, Marchew gotowana z olejem* 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,

Kolacja: Chleb bezglutenowy 100 g, Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g, Filet z kurczaka gotowany 50 g, Jabłko pieczone 150 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Wartości odżywcze: E: 1695.3 kcal; B: 69.47 g; T: 36.54 g; Kw. tł. nasy.: 6.85 g; W: 279.51 g; W tym cukry: 70.2 g; Bł.: 19.93 g; Sól: 2.12 g; WW: 26.01 Por; Ener. z B: 16.39 %; Ener. z W: 61.25 %; Ener. z T: 19.4 %; Ener. z Bł.: 2.35 %; K: 3703.75 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,

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,

Wartości odżywcze: E: 2148.99 kcal; B: 98.24 g; T: 97.69 g; Kw. tł. nasy.: 51.7 g; W: 227.32 g; W tym cukry: 74.66 g; Bł.: 16.07 g; Sól: 2.29 g; WW: 21.08 Por; Ener. z B: 18.28 %; Ener. z W: 39.32 %; Ener. z T: 40.91 %; Ener. z Bł.: 1.5 %; K: 4351.21 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.),

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-24

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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

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

Wartości odżywcze: E: 2144.63 kcal; B: 107.44 g; T: 89.43 g; Kw. tł. nasy.: 13.71 g; W: 239.96 g; W tym cukry: 48.81 g; Bł.: 24.01 g; Sól: 2.09 g; WW: 21.4 Por; Ener. z B: 20.04 %; Ener. z W: 40.28 %; Ener. z T: 37.53 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 4701.39 mg;

W-wa- PIM MSWiA S7 Niskosodowa

Śniadanie: Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ,), Chleb pszenno-żytni bez soli 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 ,

Obiad: Jarzynowa z zacierką (bez soli)* 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,), Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 80 g , Sos pietruszkowy (bez soli)* 80 ml (GLU PSZ, MLE,), Ziemniaki (bez soli) 180 g , Marchew gotowana z olejem (bez soli)* 150 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,), Twarożek 100 g (MLE,), Jabłko pieczone 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1875.01 kcal; B: 95.5 g; T: 49.05 g; Kw. tł. nasy.: 21.36 g; W: 270.06 g; W tym cukry: 76.7 g; Bł.: 19.03 g; Sól: 1.71 g; WW: 25.18 Por; Ener. z B: 20.37 %; Ener. z W: 53.55 %; Ener. z T: 23.55 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 3322.4 mg;

W-wa- PIM MSWiA S8 Niskobiałkowa

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Dżem 30 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Jarzynowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL,), Ziemniaki 200 g , Filet z kurczaka gotowany 70 g , Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE,), Marchew gotowana z olejem* 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Baton szynkowy z kurczątką 30 g , Jabłko pieczone 150 g , Sałata zielona 20 g , Miód (25g) 1 szt , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1669.4 kcal; B: 60.72 g; T: 35.11 g; Kw. tł. nasy.: 13.94 g; W: 288.61 g; W tym cukry: 71.58 g; Bł.: 21.84 g; Sól: 5.23 g; WW: 26.74 Por; Ener. z B: 14.55 %; Ener. z W: 63.92 %; Ener. z T: 18.93 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 2833.03 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,), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,), Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Ziemniaki 180 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Marchew gotowana z olejem* 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

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

Wartości odżywcze: E: 1499.84 kcal; B: 74.22 g; T: 35.42 g; Kw. tł. nasy.: 15.46 g; W: 232.39 g; W tym cukry: 41.94 g; Bł.: 22.98 g; Sól: 5.08 g; WW: 20.98 Por; Ener. z B: 19.8 %; Ener. z W: 55.85 %; Ener. z T: 21.26 %; Ener. z Bł.: 3.06 %; K: 3293.19 mg;

W-wa- PIM MSWiA Niskopurynowa

Śniadanie: Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,), Pomidor 80 g ,

Obiad: Jarzynowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL,), Pierogi ukraińskie * 300 g (GLU PSZ, MLE,), Surówka wykwinna z olejem b/c 130 g (JAJ, GOR,), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-24

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Niskopurynowa

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, _), Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g , Rzodkiew biała 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2414.44 kcal; B: 80.88 g; T: 84.21 g; Kw. tł. nasy.: 30.93 g; W: 342.99 g; W tym cukry: 54.36 g; Bł.: 30.78 g; Sól: 6.4 g; WW: 31.12 Por; Ener. z B: 13.4 %; Ener. z W: 51.72 %; Ener. z T: 31.39 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 2647.18 mg;

W-wa- PIM MSWiA Położniczo-ciężowa

Śniadanie: Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ, _), 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 ,

II ŚN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ, _), Ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,

Obiad: Jarzynowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL, _), Ziemniaki 180 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE, _), Marchew gotowana z olejem* 130 g , Szpinak gotowany z olejem* 130 g (GLU PSZ, _), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

PD: Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _), Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE, _),

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, _), Baton szynkowy z kurczątką 50 g , Jabłko pieczone 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2451.65 kcal; B: 102.57 g; T: 59.85 g; Kw. tł. nasy.: 22.09 g; W: 390.01 g; W tym cukry: 90.23 g; Bł.: 34.95 g; Sól: 10.54 g; WW: 35.6 Por; Ener. z B: 16.74 %; Ener. z W: 57.93 %; Ener. z T: 21.97 %; Ener. z Bł.: 2.85 %; K: 3852.39 mg;

W-wa- PIM MSWiA Wegetariańska

Śniadanie: Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ, _), 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 ,

Obiad: Jarzynowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL, _), Pierogi ukraińskie * 300 g (GLU PSZ, MLE, _), Surówka wykwintna z olejem b/c 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, _), Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g , Rzodkiew biała 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2405.16 kcal; B: 77.36 g; T: 84.32 g; Kw. tł. nasy.: 30.99 g; W: 347.25 g; W tym cukry: 64.44 g; Bł.: 38 g; Sól: 7 g; WW: 30.84 Por; Ener. z B: 12.87 %; Ener. z W: 51.43 %; Ener. z T: 31.55 %; Ener. z Bł.: 3.16 %; K: 2785.86 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa

Śniadanie: Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE, _), Chleb bezglutenowy 100 g , 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 ,

Obiad: Jarzynowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka)* 400 ml (SEL, _), Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy (bez glutenu, mleka)* 80 ml , Ziemniaki 180 g , Marchew gotowana z olejem* 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb bezglutenowy 100 g , Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Schab gotowany 50 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: 2023-10-24

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa

Wartości odżywcze: E: 1832 kcal; B: 78.14 g; T: 50.97 g; Kw. tł. nasy.: 19.22 g; W: 271.7 g; W tym cukry: 71.51 g; Bł.: 18.07 g; Sól: 2.66 g; WW: 25.41 Por; Ener. z B: 17.06 %; Ener. z W: 55.38 %; Ener. z T: 25.04 %; Ener. z Bł.: 1.97 %; K: 3947.89 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa bezmleczna

Śniadanie: Kasza jaglana na wodzie 300 ml , Chleb bezglutenowy 100 g , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g , Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Jarzynowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka)* 400 ml (SEL,), Filet z kurczaka gotowany 80 g , Ziemniaki 180 g , Sos pietruszkowy (bez glutenu, mleka)* 80 ml , Marchew gotowana z olejem* 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb bezglutenowy 100 g , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g , Filet z kurczaka gotowany 50 g , Jabłko pieczone 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1695.93 kcal; B: 68.61 g; T: 43.37 g; Kw. tł. nasy.: 8.81 g; W: 264.44 g; W tym cukry: 58.9 g; Bł.: 18.31 g; Sól: 2.42 g; WW: 24.63 Por; Ener. z B: 16.18 %; Ener. z W: 58.05 %; Ener. z T: 23.02 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 3580.09 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezmleczna

Śniadanie: Kasza jaglana na wodzie 300 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g , Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Jarzynowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL,), Ziemniaki 180 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (GLU PSZ,), Marchew gotowana z olejem* 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g , Baton szynkowy z kurczątkiem 50 g , Jabłko pieczone 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1871.09 kcal; B: 79.81 g; T: 42.67 g; Kw. tł. nasy.: 9.45 g; W: 303.55 g; W tym cukry: 60.42 g; Bł.: 23.1 g; Sól: 6.36 g; WW: 28.06 Por; Ener. z B: 17.06 %; Ener. z W: 59.95 %; Ener. z T: 20.53 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 2930.66 mg;

W-wa- PIM MSWiA Rozdrobniona/Mielona

Śniadanie: Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ,), 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 ,

Obiad: Jarzynowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL,), Mięso drobiowe mielone w sosie wł 80 g (GLU PSZ,), Ziemniaki puree 180 g (MLE,), Marchew gotowana z olejem* 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 Baton szynkowy z kurczątkiem 50 g , Jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1978.68 kcal; B: 73.99 g; T: 51.83 g; Kw. tł. nasy.: 17.4 g; W: 315.67 g; W tym cukry: 73.52 g; Bł.: 22 g; Sól: 6.99 g; WW: 29.48 Por; Ener. z B: 14.96 %; Ener. z W: 59.37 %; Ener. z T: 23.57 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 3089.12 mg;

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

Śniadanie: Płatki jęczmienne na mleku 150 ml (MLE, GLU JĘCZ,), 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 ,

II ŚN: Gruszka 150 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-24

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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

Obiad: Jarzynowa z zacierką (bez mleka)* 200 ml (GLUPSZ, JAJ, SEL,), Filet z kurczaka gotowany 50 g, Sos pietruszkowy* 50 ml (GLUPSZ, MLE,), Ziemniaki 100 g, Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR,), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,

PD: Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE,),

Kolacja: Kasza manna na mleku 150 ml (GLUPSZ, MLE,), Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Baton szynkowy z kurczątką 50 g, Rzodkiew biała 40 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml,

Wartości odżywcze: E: 1282.95 kcal; B: 60.12 g; T: 38.97 g; Kw. tł. nasy.: 12.66 g; W: 180.93 g; W tym cukry: 72 g; Bł.: 15.69 g; Sól: 3.56 g; WW: 16.53 Por; Ener. z B: 18.74 %; Ener. z W: 51.52 %; Ener. z T: 27.34 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 2602.74 mg;

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

Śniadanie: Płatki jęczmienne na mleku 200 ml (MLE, GLU JĘCZ,), Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ,), 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,

II ŚN: Gruszka 150 g,

Obiad: Jarzynowa z zacierką* 300 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL,), Filet z kurczaka gotowany 50 g, Sos pietruszkowy* 50 ml (GLUPSZ, MLE,), Ziemniaki 120 g, Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR,), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,

PD: Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE,),

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Baton szynkowy z kurczątką 50 g, Rzodkiew biała 50 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Wartości odżywcze: E: 1377.55 kcal; B: 59.11 g; T: 46.75 g; Kw. tł. nasy.: 17.3 g; W: 189.11 g; W tym cukry: 74.85 g; Bł.: 17.43 g; Sól: 3.75 g; WW: 17.17 Por; Ener. z B: 17.16 %; Ener. z W: 49.85 %; Ener. z T: 30.54 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 2741.94 mg;

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

Śniadanie: Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ,), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ,), 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: Gruszka 150 g,

Obiad: Jarzynowa z zacierką* 300 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL,), Filet z kurczaka gotowany 80 g, Sos pietruszkowy* 80 ml (GLUPSZ, MLE,), Ziemniaki 180 g, Surówka wykwinna z olejem b/c 130 g (JAJ, GOR,), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,

PD: Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE,),

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Baton szynkowy z kurczątką 50 g, Rzodkiew biała 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Wartości odżywcze: E: 1778.38 kcal; B: 83.19 g; T: 57.77 g; Kw. tł. nasy.: 20.34 g; W: 243.19 g; W tym cukry: 82.36 g; Bł.: 23.18 g; Sól: 5.23 g; WW: 22 Por; Ener. z B: 18.71 %; Ener. z W: 49.48 %; Ener. z T: 29.23 %; Ener. z Bł.: 2.61 %; K: 3728.2 mg;

W-wa- PIM MSWiA Transplantologia

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-24

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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,), Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (SOJ,), Cukinia pieczona z olejem * 80 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

II ŚN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,), Jabłko pieczone 150 g ,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE,), Ziemniaki 180 g , Marchew gotowana z olejem* 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

PD: Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,), Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,),

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Baton szynkowy z kurcząt 50 g , Mus z jabłek () b/c 80 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1979.27 kcal; B: 80.84 g; T: 48.65 g; Kw. tł. nasy.: 16.55 g; W: 316.07 g; W tym cukry: 33.85 g; Bł.: 29.58 g; Sól: 9.58 g; WW: 28.66 Por; Ener. z B: 16.34 %; Ener. z W: 57.9 %; Ener. z T: 22.12 %; Ener. z Bł.: 2.99 %; K: 3618.65 mg;

W-wa- PIM MSWiA Specjalna

Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,), Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,), Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (SOJ,), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

II ŚN: Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,), Ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

Obiad: Jarzynowa z zacierką (bez mleka)* 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL,), Filet z kurczaka gotowany 160 g , Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE,), Ziemniaki 140 g , Surówka wykwinna z olejem b/c 130 g (JAJ, GOR,), Surówka wykwinna z olejem b/c 130 g (JAJ, GOR,), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml , Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),

PD: Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,), Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,),

Kolacja: Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Baton szynkowy z kurcząt 100 g , Rzodkiew biała 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml , Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),

Wartości odżywcze: E: 2314.68 kcal; B: 139.32 g; T: 86.72 g; Kw. tł. nasy.: 24.16 g; W: 260.69 g; W tym cukry: 43.54 g; Bł.: 37.95 g; Sól: 10.87 g; WW: 22.19 Por; Ener. z B: 24.08 %; Ener. z W: 38.49 %; Ener. z T: 33.72 %; Ener. z Bł.: 3.28 %; K: 5059.87 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,), Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (SOJ,), Cukinia pieczona z olejem * 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

II ŚN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,), Pomidor b/skórki 50 g ,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE,), Ziemniaki 180 g , Dynia z wody 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-24

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Cukrzyca oszczędzająca

PD: Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _), Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE, _),

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Baton szynkowy z kurcząt 50 g , Mus z jabłek () b/c 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, _), Twaróg półtłusty 50 g (MLE, _), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2125.81 kcal; B: 94.46 g; T: 52.17 g; Kw. tł. nasy.: 20.7 g; W: 327.66 g; W tym cukry: 22.68 g; Bł.: 28.44 g; Sól: 10.51 g; WW: 29.88 Por; Ener. z B: 17.77 %; Ener. z W: 56.3 %; Ener. z T: 22.09 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 3783.74 mg;