

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-12-09

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa

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, _), Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ, _), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _), Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ, _), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ, _), Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 130 g (SEL, _), 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, _), Szyntka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ, _), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE, _), Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE, _),

Wartości odżywcze: E: 2129.7 kcal; B: 80.35 g; T: 54.66 g; Kw. tł. nasy.: 20.09 g; W: 345.01 g; W tym cukry: 65.7 g; Bł.: 31.77 g; Sól: 8.88 g; WW: 31.39 Por; Ener. z B: 377.08 %; Ener. z W: 1177.54 %; Ener. z T: 342.26 %; Ener. z Bł.: 124.92 %; K: 3152.2 mg;

W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawną

Śniadanie: Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _), Chleb mieszany pszenno-żytni 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 40 g (SOJ, _), Jabłko pieczone 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ, _), 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, _), Szyntka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ, _), Mus z jabłek prażonych 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE, _), Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE, _),

Wartości odżywcze: E: 2258.09 kcal; B: 83.04 g; T: 46.78 g; Kw. tł. nasy.: 19.48 g; W: 391.34 g; W tym cukry: 100 g; Bł.: 26.06 g; Sól: 8.35 g; WW: 36.5 Por; Ener. z B: 327.74 %; Ener. z W: 1167.88 %; Ener. z T: 300.68 %; Ener. z Bł.: 70.89 %; K: 3009.46 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: 41.11 %; Ener. z W: 353.75 %; Ener. z T: 27.01 %; Ener. z Bł.: 4.17 %; K: 274.05 mg;

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

Śniadanie: Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _), 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 40 g (SOJ, _), Jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ, _), Ziemniaki 180 g , Buraczki gotowane 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-12-09

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Pasta z wędliny wieprzowej 50 g (SOJ,), Mus z jabłek prażonych 80 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

PN: Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,), Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),

Wartości odżywcze: E: 2230.05 kcal; B: 86.73 g; T: 44.9 g; Kw. tł. nasy.: 19.1 g; W: 383.47 g; W tym cukry: 102.13 g; Bł.: 21.35 g; Sól: 7.08 g; WW: 36.19 Por; Ener. z B: 267.51 %; Ener. z W: 1125.06 %; Ener. z T: 274.76 %; Ener. z Bł.: 34.13 %; K: 3977.17 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,), Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ,), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml,

II ŚN: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Twaróg półtłusty 50 g (MLE,), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml,

Obiad: Ogórkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ,), Kasza bulgur 180 g (GLU PSZ,), Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 130 g (SEL,), Cukinia pieczona z olejem * 60 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/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,), Szyńka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ,), Pomidor 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,), Szyńka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ,), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: E: 2117.7 kcal; B: 97.1 g; T: 59.4 g; Kw. tł. nasy.: 22.04 g; W: 313.19 g; W tym cukry: 37.54 g; Bł.: 39.78 g; Sól: 9.89 g; WW: 27.5 Por; Ener. z B: 535.36 %; Ener. z W: 1081.14 %; Ener. z T: 444.11 %; Ener. z Bł.: 169.45 %; K: 3704.61 mg;

W-wa- PIM MSWiA VI Niskośluszczowa

Śniadanie: Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,), 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 40 g (SOJ,), Jabłko pieczone 150 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ,), 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,), Szyńka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ,), Mus z jabłek prażonych 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

PN: Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,), Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),

Wartości odżywcze: E: 2278.09 kcal; B: 85.84 g; T: 46.98 g; Kw. tł. nasy.: 19.45 g; W: 392.74 g; W tym cukry: 101.2 g; Bł.: 24.56 g; Sól: 7.7 g; WW: 36.8 Por; Ener. z B: 332.69 %; Ener. z W: 1179.88 %; Ener. z T: 301.77 %; Ener. z Bł.: 70.04 %; K: 3121.46 mg;

W-wa- PIM MSWiA S1 Niskobiałkowa/Ziemniaczana

Śniadanie: 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 30 g (SOJ,), Dżem 30 g, Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-12-09

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA S1 Niskobiałkowa/Ziemniaczana

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL,), Pyzy ziemniaczane* 300 g , Sos szpinakowy* 80 ml (GLUPSZ,), Buraczki gotowane 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Placki ziemniaczane 300 g (GLUPSZ, JAJ,), Mus z jabłek prażonych 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1916.91 kcal; B: 36.93 g; T: 55.08 g; Kw. tł. nasy.: 14.06 g; W: 327.15 g; W tym cukry: 80.71 g; Bł.: 16.18 g; Sól: 5.3 g; WW: 31.11 Por; Ener. z B: 192.87 %; Ener. z W: 1012.84 %; Ener. z T: 209.15 %; Ener. z Bł.: 71.94 %; K: 3041.73 mg;

W-wa- PIM MSWiA S3 Niskofosforanowa

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,), Jabłko pieczone 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL,), Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLUPSZ,), Ziemniaki 180 g , 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 (GLUPSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Schab gotowany 50 g , Mus z jabłek prażonych 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1910.48 kcal; B: 80.92 g; T: 43.55 g; Kw. tł. nasy.: 17.85 g; W: 311.9 g; W tym cukry: 81.61 g; Bł.: 21.29 g; Sól: 5.3 g; WW: 29 Por; Ener. z B: 300.23 %; Ener. z W: 997.35 %; Ener. z T: 324.76 %; Ener. z Bł.: 67.98 %; K: 3629.98 mg;

W-wa- PIM MSWiA S4 Alergiczna

Śniadanie: Kasza kukurydziana 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 ,

Obiad: Ziemniaczana *(bez glutenu, mleka) 400 ml (SEL,), Filet z kurczaka gotowany 80 g , 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 , Schab gotowany 50 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1590.1 kcal; B: 69.14 g; T: 32.6 g; Kw. tł. nasy.: 6.63 g; W: 259.6 g; W tym cukry: 59.05 g; Bł.: 14.99 g; Sól: 2.02 g; WW: 24.46 Por; Ener. z B: 338.16 %; Ener. z W: 1017.8 %; Ener. z T: 251.43 %; Ener. z Bł.: 70.2 %; K: 3605.15 mg;

W-wa- PIM MSWiA S5 Płynna/Sonda

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

II ŚN: Sonda S5 śn 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE,),

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

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

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

PN: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2247.93 kcal; B: 98.29 g; T: 97.69 g; Kw. tł. nasy.: 51.7 g; W: 252.04 g; W tym cukry: 91.64 g; Bł.: 16.1 g; Sól: 2.35 g; WW: 23.56 Por; Ener. z B: 441.27 %; Ener. z W: 1245.15 %; Ener. z T: 514.65 %; Ener. z Bł.: 59.17 %; K: 4352.81 mg;

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

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-12-09

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2296.77 kcal; B: 107.49 g; T: 89.43 g; Kw. tł. nasy.: 13.71 g; W: 277.99 g; W tym cukry: 79.1 g; Bł.: 24.04 g; Sól: 2.14 g; WW: 25.21 Por; Ener. z B: 384.34 %; Ener. z W: 1156.81 %; Ener. z T: 338.02 %; Ener. z Bł.: 98.4 %; K: 4703.26 mg;

W-wa- PIM MSWiA S7 Niskosodowa

Śniadanie: Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE, _), Chleb pszenno-żytni bez soli 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 40 g , Jabłko pieczone 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Ziemniaczana *(bez soli) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, _), Gulasz z udźca kurczaka (bez soli) 150 g (GLU PSZ, _), Kasza jęczmienna/sypko (bez soli) 180 g (GLU JĘCZ, _), 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, _), Schab gotowany (bez soli) 50 g , Mus z jabłek prażonych 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1935.25 kcal; B: 91 g; T: 43.61 g; Kw. tł. nasy.: 18.46 g; W: 304.35 g; W tym cukry: 94.24 g; Bł.: 18.56 g; Sól: 1.49 g; WW: 28.58 Por; Ener. z B: 307.38 %; Ener. z W: 1037.55 %; Ener. z T: 249.3 %; Ener. z Bł.: 65.48 %; K: 3182.31 mg;

W-wa- PIM MSWiA S8 Niskobiałkowa

Śniadanie: 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 30 g (SOJ, _), Dzem 30 g , Jabłko pieczone 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Gulasz z udźca kurczaka 100 g (GLU PSZ, _), 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, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Szyunka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ, _), Mus z jabłek prażonych 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml , Miód (25g) 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 1716.71 kcal; B: 50.25 g; T: 30.81 g; Kw. tł. nasy.: 13.55 g; W: 323.28 g; W tym cukry: 92.34 g; Bł.: 21.53 g; Sól: 5.56 g; WW: 30.18 Por; Ener. z B: 224.08 %; Ener. z W: 1097.9 %; Ener. z T: 202.91 %; Ener. z Bł.: 67.57 %; K: 2249.25 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, _), Filet z kurczaka gotowany 40 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Ziemniaczana *(bez glutenu, mleka) 400 ml (SEL, _), Filet z kurczaka gotowany 80 g , Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ, _), Buraczki gotowane 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-12-09

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Aspirynowa

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, _), Schab gotowany 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1476.9 kcal; B: 77.63 g; T: 27.66 g; Kw. tł. nasy.: 13.76 g; W: 240.18 g; W tym cukry: 45.07 g; Bł.: 22.28 g; Sól: 4.75 g; WW: 21.79 Por; Ener. z B: 273.45 %; Ener. z W: 782.04 %; Ener. z T: 171.92 %; Ener. z Bł.: 36.44 %; K: 2717.24 mg;

W-wa- PIM MSWiA Niskopurynowa

Śniadanie: Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Ser żółty 40 g (MLE, _), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Gulasz z soczewicy i papryki () 150 g (GLU PSZ, SEL, _), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ, _), Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 130 g (SEL, _), 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, _), Sałatka z brokułem, ciecierzycą, pestkami słonecznika i koperkiem 150 g , Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2323.6 kcal; B: 72.04 g; T: 74.27 g; Kw. tł. nasy.: 27.11 g; W: 358.78 g; W tym cukry: 65.58 g; Bł.: 33.64 g; Sól: 6.25 g; WW: 32.63 Por; Ener. z B: 259.71 %; Ener. z W: 1107.34 %; Ener. z T: 350.69 %; Ener. z Bł.: 130.53 %; K: 3568.45 mg;

W-wa- PIM MSWiA Położniczo-ciężowa

Śniadanie: Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _), Chleb pełnoziarnisty 100 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, _), Jabłko pieczone 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

II ŚN: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Twaróg półtłusty 50 g (MLE, _), Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ, _), Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ, _), Buraczki gotowane 130 g , Cukinia pieczona z olejem * 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

PD: Maślanka 150 ml (MLE, _), Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE, _),

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Chleb pełnoziarnisty 50 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Szyntka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ, _), Mus z jabłek prażonych 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2433.93 kcal; B: 98.42 g; T: 57.74 g; Kw. tł. nasy.: 20.6 g; W: 396.78 g; W tym cukry: 107.66 g; Bł.: 25.85 g; Sól: 9.11 g; WW: 37.14 Por; Ener. z B: 399.77 %; Ener. z W: 1275.72 %; Ener. z T: 404.83 %; Ener. z Bł.: 83.96 %; K: 3597.74 mg;

W-wa- PIM MSWiA Wegetariańska

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, _), Ser żółty 40 g (MLE, _), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _), Gulasz z soczewicy i papryki () 150 g (GLU PSZ, SEL, _), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ, _), Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 130 g (SEL, _), 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 brokułem, ciecierzycą, pestkami słonecznika i koperkiem 150 g , Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-12-09

Oddział: W-WA M- PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Wegetariańska

Wartości odżywcze: E: 2246.4 kcal; B: 68.01 g; T: 75.51 g; Kw. tł. nasy.: 27.28 g; W: 343.32 g; W tym cukry: 65.56 g; Bł.: 39.83 g; Sól: 7.36 g; WW: 30.45 Por; Ener. z B: 260.92 %; Ener. z W: 1113.32 %; Ener. z T: 362.62 %; Ener. z Bł.: 139.11 %; K: 3449.85 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa

Śniadanie: Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE), Chleb bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 10 g (MLE), Filet z kurczaka 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), Gulasz z udźca kurczaka (bez glutenu) 150 g, 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), Twarożek 100 g (MLE), Mus z jabłek prażonych 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Wartości odżywcze: E: 1872.55 kcal; B: 71.38 g; T: 46.78 g; Kw. tł. nasy.: 18.61 g; W: 298.41 g; W tym cukry: 95.48 g; Bł.: 15.65 g; Sól: 2.19 g; WW: 28.32 Por; Ener. z B: 291.7 %; Ener. z W: 1094.71 %; Ener. z T: 270.38 %; Ener. z Bł.: 70.81 %; K: 3739.07 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa bezmleczna

Śniadanie: Kasza kukurydziana 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,

Obiad: Ziemniaczana *(bez glutenu, mleka) 400 ml (SEL), Ziemniaki 180 g, Gulasz z udźca kurczaka (bez glutenu) 150 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, Paszтет sojowy z pomidorami 100 g (SOJ, GOR), Mus z jabłek prażonych 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Wartości odżywcze: E: 1884.33 kcal; B: 52.56 g; T: 60.1 g; Kw. tł. nasy.: 8.2 g; W: 289.17 g; W tym cukry: 79.7 g; Bł.: 18.45 g; Sól: 3.32 g; WW: 27.04 Por; Ener. z B: 228.86 %; Ener. z W: 1116.46 %; Ener. z T: 375.4 %; Ener. z Bł.: 75.2 %; K: 3265.07 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezmleczna

Śniadanie: Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g, Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ), Jabłko pieczone 150 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL), Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLUPSZ), 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g, Szyńka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ), Mus z jabłek prażonych 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Wartości odżywcze: E: 1890.08 kcal; B: 66.83 g; T: 35.17 g; Kw. tł. nasy.: 8.19 g; W: 340.75 g; W tym cukry: 81.24 g; Bł.: 22.82 g; Sól: 6.88 g; WW: 31.8 Por; Ener. z B: 284.76 %; Ener. z W: 1095.47 %; Ener. z T: 268.36 %; Ener. z Bł.: 69.29 %; K: 2407.84 mg;

W-wa- PIM MSWiA Rozdrobniona/Mielona

Śniadanie: Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ), Jabłko pieczone 150 g, Herbata czarna granulowana z/c 300 ml,

Obiad: Ziemniaczana *(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,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-12-09

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Rozdrobniona/Mielona

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), mielona Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ,), Mus z jabłek prażonych 80 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2021.29 kcal; B: 75.82 g; T: 43.77 g; Kw. tł. nasy.: 17.65 g; W: 345.16 g; W tym cukry: 96.06 g; Bł.: 21.35 g; Sól: 6.91 g; WW: 32.41 Por; Ener. z B: 253.63 %; Ener. z W: 1017.47 %; Ener. z T: 291.25 %; Ener. z Bł.: 34.18 %; K: 3658.24 mg;

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

Śniadanie: Płatki pszenne 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,), Rzodkiew biała 40 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,

II ŚN: Jabłko 150 g ,

Obiad: Ogórkowa z ziemniakami * 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ,), Kasza jęczmienna/sypko 100 g (GLU JĘCZ,), Buraczki gotowane 100 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml ,

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

Kolacja: Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE,), Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ,), Pomidor 40 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,

PN: Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,), Dżem 25 g 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 1439.95 kcal; B: 62.52 g; T: 34.21 g; Kw. tł. nasy.: 12.57 g; W: 229.58 g; W tym cukry: 84.25 g; Bł.: 15.92 g; Sól: 4.26 g; WW: 21.44 Por; Ener. z B: 295.64 %; Ener. z W: 987.64 %; Ener. z T: 239.66 %; Ener. z Bł.: 88.78 %; K: 2456.62 mg;

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

Śniadanie: Płatki pszenne na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE,), 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 40 g (SOJ,), Rzodkiew biała 40 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

II ŚN: Jabłko 150 g ,

Obiad: Ogórkowa z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ,), Kasza jęczmienna/sypko 120 g (GLU JĘCZ,), Buraczki gotowane 100 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

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

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ,), Pomidor 40 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,), Dżem 25 g 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 1528.07 kcal; B: 60.67 g; T: 41.41 g; Kw. tł. nasy.: 17.14 g; W: 238.1 g; W tym cukry: 86.31 g; Bł.: 17.38 g; Sól: 4.56 g; WW: 22.14 Por; Ener. z B: 293.6 %; Ener. z W: 1053.61 %; Ener. z T: 285.66 %; Ener. z Bł.: 91.1 %; K: 2530.92 mg;

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

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-12-09

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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

Śniadanie: Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _), 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, _), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

II ŚN: Jabłko 150 g ,

Obiad: Ogórkowa z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _), Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ, _), Kasza jęczmienna/sypko 140 g (GLU JĘCZ, _), Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 130 g (SEL, _), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

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

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Szyunka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ, _), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE, _), Dżem 25 g 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 1821.41 kcal; B: 71.62 g; T: 51.63 g; Kw. tł. nasy.: 19.09 g; W: 280.15 g; W tym cukry: 90.9 g; Bł.: 22.54 g; Sól: 5.82 g; WW: 25.9 Por; Ener. z B: 359.07 %; Ener. z W: 1210.98 %; Ener. z T: 330.66 %; Ener. z Bł.: 120.55 %; K: 2989.06 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, _), Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ, _), Mus z jabłek () b/c 80 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

II ŚN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Twaróg półtłusty 50 g (MLE, _), Jabłko pieczone 150 g ,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ, _), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ, _), Cukinia pieczona z olejem * 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

PD: Maślanka 150 ml (MLE, _), Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE, _),

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Szyunka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ, _), Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2056.63 kcal; B: 81.05 g; T: 48.97 g; Kw. tł. nasy.: 19.05 g; W: 334.1 g; W tym cukry: 54.04 g; Bł.: 24.18 g; Sól: 8.35 g; WW: 31 Por; Ener. z B: 299.36 %; Ener. z W: 923.51 %; Ener. z T: 377.17 %; Ener. z Bł.: 48.71 %; K: 2631.17 mg;

W-wa- PIM MSWiA Specjalna

Śniadanie: Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _), 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, _), Jabłko pieczone 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

II ŚN: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 5 g (MLE, _), Twaróg półtłusty 50 g (MLE, _),

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Filet z kurczaka gotowany 100 g , Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE, _), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ, _), Buraczki gotowane 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

PD: Maślanka 200 ml (MLE, _),

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-12-09

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Specjalna

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szynka zielonogórska-wp. parzona 50 g (SOJ,), Mus z jabłek prażonych 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

PN: Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,), Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,),

Wartości odżywcze: E: 2471.85 kcal; B: 119.04 g; T: 48 g; Kw. tł. nasy.: 23.03 g; W: 405.04 g; W tym cukry: 113.65 g; Bł.: 23.12 g; Sól: 7.79 g; WW: 38.26 Por; Ener. z B: 19.26 %; Ener. z W: 61.8 %; Ener. z T: 17.48 %; Ener. z Bł.: 1.87 %; K: 3832.85 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,), Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ,), Mus z jabłek () b/c 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,), Twaróg półtłusty 50 g (MLE,), Jabłko pieczone 150 g,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ,), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ,), Cukinia pieczona z olejem * 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml,

PD: Maślanka 150 ml (MLE,), Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE,),

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szynka zielonogórska-wp. parzona 50 g (SOJ,), Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml, 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,), Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ,), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: E: 2248.31 kcal; B: 90.85 g; T: 54.85 g; Kw. tł. nasy.: 21.96 g; W: 361.88 g; W tym cukry: 55.7 g; Bł.: 29.33 g; Sól: 9.74 g; WW: 33.31 Por; Ener. z B: 453.98 %; Ener. z W: 1071.54 %; Ener. z T: 451.15 %; Ener. z Bł.: 97.93 %; K: 2862.37 mg;