

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	
2024-06-10 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Konserwowa mielona Szynka Konserwowa wędzona, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (<u>SOJ</u>) Dżem 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Ogórek świeży 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Ogórek świeży 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
					Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Papryka świeża 50 g		
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Klopsik drobiowy z udźca 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pelnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Śurowka z marchwi z olejem b/c 130 g Brokuł gotowany* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Klopsik drobiowy z udźca 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pelnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Śurowka z marchwi z olejem b/c 130 g Brokuł gotowany* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 200 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 140 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
	PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Arbuz 150 g		Arbuz 150 g			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) mielona Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) mielona Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g	
		Wartość energetyczna: 2438.38 kcal; Białko ogółem: 98.84 g; Tłuszcz: 65.13 g; Kw. tł. nasy.: 30.83 g; Węglowodany ogółem: 384.79 g; W tym cukry: 93.58 g; Błonnik pok.: 32.63 g; Sól: 8.70 g;	Wartość energetyczna: 2390.12 kcal; Białko ogółem: 89.69 g; Tłuszcz: 55.00 g; Kw. tł. nasy.: 25.90 g; Węglowodany ogółem: 397.22 g; W tym cukry: 122.28 g; Błonnik pok.: 20.67 g; Sól: 8.20 g;	Wartość energetyczna: 2304.42 kcal; Białko ogółem: 88.08 g; Tłuszcz: 53.71 g; Kw. tł. nasy.: 22.14 g; Węglowodany ogółem: 376.60 g; W tym cukry: 78.81 g; Błonnik pok.: 20.48 g; Sól: 8.53 g;	Wartość energetyczna: 2476.80 kcal; Białko ogółem: 110.19 g; Tłuszcz: 81.84 g; Kw. tł. nasy.: 29.14 g; Węglowodany ogółem: 346.91 g; W tym cukry: 56.67 g; Błonnik pok.: 52.23 g; Sól: 9.09 g;	Wartość energetyczna: 2295.15 kcal; Białko ogółem: 82.87 g; Tłuszcz: 46.30 g; Kw. tł. nasy.: 22.89 g; Węglowodany ogółem: 399.84 g; W tym cukry: 122.78 g; Błonnik pok.: 19.89 g; Sól: 8.53 g;	Wartość energetyczna: 1766.53 kcal; Białko ogółem: 78.97 g; Tłuszcz: 46.05 g; Kw. tł. nasy.: 22.67 g; Węglowodany ogółem: 270.28 g; W tym cukry: 119.90 g; Błonnik pok.: 12.93 g; Sól: 5.58 g;	Wartość energetyczna: 1856.17 kcal; Białko ogółem: 78.48 g; Tłuszcz: 53.20 g; Kw. tł. nasy.: 27.26 g; Węglowodany ogółem: 277.97 g; W tym cukry: 113.09 g; Błonnik pok.: 15.40 g; Sól: 5.85 g;	Wartość energetyczna: 2139.76 kcal; Białko ogółem: 91.29 g; Tłuszcz: 60.95 g; Kw. tł. nasy.: 30.03 g; Węglowodany ogółem: 320.16 g; W tym cukry: 119.24 g; Błonnik pok.: 19.09 g; Sól: 7.18 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	
2024-06-11 wtorek	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Ryż na mleku 150 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Jabłko 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 200 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Jabłko 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
		II/ŚN		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt					
	Obiad	Szczawiowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny (l) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 130 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny (l) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny (l) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 130 g (<u>SEL</u>) Cukinia pieczona z koncentratem * 60 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny (l) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami* 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka z szynki wieprzowej 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny (l) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 120 g (<u>GLU JECZ.</u>) Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny (l) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 120 g (<u>GLU JECZ.</u>) Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny (l) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 140 g (<u>GLU JECZ.</u>) Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
		PD		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)					
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Cukinia pieczona z koncentratem * 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) mielona Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Pomidor 80 g Cukinia pieczona z koncentratem * 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Cukinia pieczona z koncentratem * 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Pomidor 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Pomidor 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
		PN		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) mielona Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Salata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Salata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2273.65 kcal; Białko ogółem: 94.76 g; Tłuszcz: 57.95 g; Kw. tł. nasy.: 24.42 g; Węglowodany ogółem: 359.09 g; W tym cukry: 69.98 g; Błonnik pok.: 34.59 g; Sól: 9.87 g;	Wartość energetyczna: 2347.44 kcal; Białko ogółem: 99.89 g; Tłuszcz: 57.65 g; Kw. tł. nasy.: 24.25 g; Węglowodany ogółem: 369.22 g; W tym cukry: 80.17 g; Błonnik pok.: 25.69 g; Sól: 8.59 g;	Wartość energetyczna: 2350.80 kcal; Białko ogółem: 96.78 g; Tłuszcz: 60.59 g; Kw. tł. nasy.: 25.04 g; Węglowodany ogółem: 365.71 g; W tym cukry: 80.75 g; Błonnik pok.: 23.21 g; Sól: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 2190.43 kcal; Białko ogółem: 103.26 g; Tłuszcz: 60.89 g; Kw. tł. nasy.: 22.59 g; Węglowodany ogółem: 330.07 g; W tym cukry: 55.32 g; Błonnik pok.: 46.72 g; Sól: 9.69 g;	Wartość energetyczna: 2357.44 kcal; Białko ogółem: 101.29 g; Tłuszcz: 57.75 g; Kw. tł. nasy.: 24.23 g; Węglowodany ogółem: 369.92 g; W tym cukry: 80.77 g; Błonnik pok.: 24.94 g; Sól: 8.26 g;	Wartość energetyczna: 1635.16 kcal; Białko ogółem: 73.88 g; Tłuszcz: 40.61 g; Kw. tł. nasy.: 18.43 g; Węglowodany ogółem: 249.38 g; W tym cukry: 104.23 g; Błonnik pok.: 14.85 g; Sól: 4.36 g;	Wartość energetyczna: 1796.93 kcal; Białko ogółem: 79.43 g; Tłuszcz: 51.25 g; Kw. tł. nasy.: 23.79 g; Węglowodany ogółem: 260.80 g; W tym cukry: 112.76 g; Błonnik pok.: 15.63 g; Sól: 4.86 g;	Wartość energetyczna: 2057.41 kcal; Białko ogółem: 92.09 g; Tłuszcz: 55.47 g; Kw. tł. nasy.: 25.90 g; Węglowodany ogółem: 305.23 g; W tym cukry: 120.88 g; Błonnik pok.: 19.42 g; Sól: 6.33 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Ser żółty 30 g (MLE) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Banan 150 g	
Obiad	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Surowka wykwinna z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pieczarkowa z makaronem (bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Surowka wykwinna z olejem b/c 130 g Fasolka szparagowa z wody* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pieczarkowa z makaronem * 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 120 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.)		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE)		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Paprykarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ.) Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Jabłko pieczone 150 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodac.wody w osł.niejad 50 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Paprykarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ.) Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek świeży 40 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek świeży 40 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek świeży 40 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Sałata zielona 10 g		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Baton szynkowy z kurcząt 30 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Sałata zielona 10 g	
	Wartość energetyczna: 2264.19 kcal; Białko ogółem: 81.41 g; Tłuszcz: 73.00 g; Kw. tł. nasy.: 22.04 g; Węglowodany ogółem: 333.47 g; W tym cukry: 60.20 g; Błonnik pok.: 28.90 g; Sól: 9.33 g;	Wartość energetyczna: 2310.68 kcal; Białko ogółem: 81.72 g; Tłuszcz: 59.68 g; Kw. tł. nasy.: 23.35 g; Węglowodany ogółem: 373.11 g; W tym cukry: 99.30 g; Błonnik pok.: 25.71 g; Sól: 8.77 g;	Wartość energetyczna: 2266.16 kcal; Białko ogółem: 83.51 g; Tłuszcz: 51.87 g; Kw. tł. nasy.: 20.80 g; Węglowodany ogółem: 376.35 g; W tym cukry: 101.83 g; Błonnik pok.: 21.30 g; Sól: 8.42 g;	Wartość energetyczna: 2255.22 kcal; Białko ogółem: 94.47 g; Tłuszcz: 83.14 g; Kw. tł. nasy.: 26.82 g; Węglowodany ogółem: 303.85 g; W tym cukry: 31.09 g; Błonnik pok.: 43.86 g; Sól: 9.49 g;	Wartość energetyczna: 2253.68 kcal; Białko ogółem: 81.37 g; Tłuszcz: 51.76 g; Kw. tł. nasy.: 20.84 g; Węglowodany ogółem: 376.31 g; W tym cukry: 101.10 g; Błonnik pok.: 23.46 g; Sól: 9.07 g;	Wartość energetyczna: 1494.98 kcal; Białko ogółem: 63.86 g; Tłuszcz: 44.21 g; Kw. tł. nasy.: 16.85 g; Węglowodany ogółem: 217.69 g; W tym cukry: 86.39 g; Błonnik pok.: 14.56 g; Sól: 3.84 g;	Wartość energetyczna: 1596.20 kcal; Białko ogółem: 64.15 g; Tłuszcz: 52.02 g; Kw. tł. nasy.: 21.54 g; Węglowodany ogółem: 225.50 g; W tym cukry: 88.40 g; Błonnik pok.: 15.59 g; Sól: 4.15 g;	Wartość energetyczna: 1974.04 kcal; Białko ogółem: 81.91 g; Tłuszcz: 61.10 g; Kw. tł. nasy.: 24.48 g; Węglowodany ogółem: 283.90 g; W tym cukry: 96.83 g; Błonnik pok.: 20.45 g; Sól: 5.58 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków zołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE) Dyńnia z wody 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE) Dyńnia z wody 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE) Dyńnia z wody 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 150 ml (MLE, GLU, OW,) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE) Papryka świeża 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU, OW,) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE) Papryka świeża 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT,) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ,) Rzodkiewka 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ,) Rzodkiewka 50 g		
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami* 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL, GLU, ŻYT,) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU, JECZ,) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ,) Sałatka szwedzka z olejem b/c 130 g (GOR,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU, JECZ,) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ,) Cukinia pieczona z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Mięso wieprzowe mielone w sosie w/ 80 g (GLU PSZ,) Ziemniaki gotowane 180 g Cukinia pieczona z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami* 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL, GLU, ŻYT,) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU, JECZ,) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ,) Sałatka szwedzka z olejem b/c 130 g (GOR,) Cukinia pieczona z olejem* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU, JECZ,) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ,) Cukinia pieczona z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 200 ml (GLU PSZ, SEL,) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU, JECZ,) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ,) Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU, JECZ,) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ,) Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU, JECZ,) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ,) Sałatka szwedzka z olejem b/c 130 g (GOR,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
				Jabłko 150 g Maślanka 150 ml (MLE)		Jabłko 150 g		
Kolejacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ,) Surówka z marchwi i rzepy z olejem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ,) Surówka b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ,) Surówka z marchwi i rzepy z olejem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ,) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ,) Surówka z marchwi i rzepy z olejem 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ,) Surówka z marchwi i rzepy z olejem 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ,) Surówka z marchwi i rzepy z olejem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ,) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ,) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ,) Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ,) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ,) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ,) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ,) Sałata zielona 10 g
PN	Wartość energetyczna: 2292.45 kcal; Białko ogółem: 87.95 g; Tłuszcz: 69.60 g; Kw. tł. nasy.: 26.40 g; Węglowodany ogółem: 344.50 g; W tym cukry: 67.79 g; Błonnik pok.: 36.07 g; Sól: 9.92 g;	Wartość energetyczna: 2241.12 kcal; Białko ogółem: 88.84 g; Tłuszcz: 61.29 g; Kw. tł. nasy.: 25.05 g; Węglowodany ogółem: 344.44 g; W tym cukry: 65.29 g; Błonnik pok.: 28.25 g; Sól: 8.68 g;	Wartość energetyczna: 2258.61 kcal; Białko ogółem: 96.43 g; Tłuszcz: 62.43 g; Kw. tł. nasy.: 25.41 g; Węglowodany ogółem: 335.67 g; W tym cukry: 63.44 g; Błonnik pok.: 19.78 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2199.73 kcal; Białko ogółem: 94.56 g; Tłuszcz: 72.01 g; Kw. tł. nasy.: 25.97 g; Węglowodany ogółem: 316.23 g; W tym cukry: 59.51 g; Błonnik pok.: 49.81 g; Sól: 10.11 g;	Wartość energetyczna: 2270.46 kcal; Białko ogółem: 93.02 g; Tłuszcz: 61.59 g; Kw. tł. nasy.: 25.00 g; Węglowodany ogółem: 346.39 g; W tym cukry: 66.99 g; Błonnik pok.: 25.96 g; Sól: 7.69 g;	Wartość energetyczna: 1723.46 kcal; Białko ogółem: 74.51 g; Tłuszcz: 51.59 g; Kw. tł. nasy.: 16.88 g; Węglowodany ogółem: 256.22 g; W tym cukry: 71.04 g; Błonnik pok.: 21.88 g; Sól: 6.30 g;	Wartość energetyczna: 1812.52 kcal; Białko ogółem: 73.92 g; Tłuszcz: 59.58 g; Kw. tł. nasy.: 23.11 g; Węglowodany ogółem: 256.22 g; W tym cukry: 73.29 g; Błonnik pok.: 23.28 g; Sól: 6.63 g;	Wartość energetyczna: 2088.57 kcal; Białko ogółem: 86.52 g; Tłuszcz: 67.95 g; Kw. tł. nasy.: 25.49 g; Węglowodany ogółem: 295.75 g; W tym cukry: 82.14 g; Błonnik pok.: 28.14 g; Sól: 8.38 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) mielona Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Dżem 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wierzchniny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</u>) Ogórek świeży 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)			
2024-06-14 piątek	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surowka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 60 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surowka z kapusty czerwonej z olejem* 130 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryba pieczona (Miruna) 60 g (<u>RYB</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki gotowane 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryba pieczona (Miruna) 60 g (<u>RYB</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki gotowane 120 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki gotowane 140 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
		PD			Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Arbuz 150 g	Arbuz 150 g		
Kolejacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Arbuz 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Arbuz 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza manna na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 10 g		Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) mielona Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 10 g
	Wartość energetyczna: 2282.49 kcal; Białko ogółem: 100.73 g; Tłuszcz: 58.60 g; Kw. tł. nasy.: 24.42 g; Węglowodany ogółem: 352.65 g; W tym cukry: 84.52 g; Błonnik pok.: 30.21 g; Sól: 7.79 g;	Wartość energetyczna: 2451.70 kcal; Białko ogółem: 102.53 g; Tłuszcz: 61.27 g; Kw. tł. nasy.: 24.41 g; Węglowodany ogółem: 384.04 g; W tym cukry: 110.94 g; Błonnik pok.: 23.72 g; Sól: 7.39 g;	Wartość energetyczna: 2332.59 kcal; Białko ogółem: 96.76 g; Tłuszcz: 52.94 g; Kw. tł. nasy.: 21.62 g; Węglowodany ogółem: 378.44 g; W tym cukry: 104.16 g; Błonnik pok.: 22.81 g; Sól: 7.38 g;	Wartość energetyczna: 2127.22 kcal; Białko ogółem: 107.41 g; Tłuszcz: 63.56 g; Kw. tł. nasy.: 23.40 g; Węglowodany ogółem: 304.02 g; W tym cukry: 58.54 g; Błonnik pok.: 43.36 g; Sól: 7.91 g;	Wartość energetyczna: 2331.10 kcal; Białko ogółem: 96.59 g; Tłuszcz: 53.15 g; Kw. tł. nasy.: 21.88 g; Węglowodany ogółem: 378.45 g; W tym cukry: 103.29 g; Błonnik pok.: 25.07 g; Sól: 8.02 g;	Wartość energetyczna: 1575.56 kcal; Białko ogółem: 75.35 g; Tłuszcz: 45.67 g; Kw. tł. nasy.: 18.16 g; Węglowodany ogółem: 223.52 g; W tym cukry: 89.22 g; Błonnik pok.: 14.75 g; Sól: 3.85 g;	Wartość energetyczna: 1627.60 kcal; Białko ogółem: 71.90 g; Tłuszcz: 51.73 g; Kw. tł. nasy.: 22.18 g; Węglowodany ogółem: 227.15 g; W tym cukry: 89.42 g; Błonnik pok.: 16.02 g; Sól: 3.92 g;	Wartość energetyczna: 1998.81 kcal; Białko ogółem: 97.72 g; Tłuszcz: 62.86 g; Kw. tł. nasy.: 25.47 g; Węglowodany ogółem: 271.21 g; W tym cukry: 96.14 g; Błonnik pok.: 20.89 g; Sól: 5.12 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	
2024-06-15 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE) Pomidor 40 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 150 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 20 g (SOJ, MLE) Pomidor 40 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 200 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (SOJ, MLE) Pomidor 40 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
		II / SN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Twarożek z ziołami 50 g (MLE) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt			
	Obiad	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU, PSZ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchwi i jabłkami z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU, PSZ) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU, PSZ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchwi i jabłkami z olejem b/c 130 g Fasolka szparagowa z wody* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU, PSZ) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ryżem * 200 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy 100 g (GLU, PSZ) Ziemniaki gotowane 100 g Kompot owocowy z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy 120 g (GLU, PSZ) Ziemniaki gotowane 140 g Kompot owocowy z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU, PSZ) Ziemniaki gotowane 140 g Kompot owocowy z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	
		PD			Pieczewo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Masłanka 150 ml (MLE)	Banan 150 g			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasztet z soczewicy * 100 g (JAJ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 50 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE) Dyńa z wody 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 50 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE) Dyńa z wody 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasztet z soczewicy * 100 g (JAJ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 50 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE) Ogórek świeży 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU, PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 20 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE) Ogórek świeży 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 30 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE) Ogórek świeży 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 50 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
		PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU, PSZ, JAJ, MLE)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU, PSZ, JAJ, MLE)	Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU, PSZ, JAJ, MLE) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)		
		Wartość energetyczna: 2429.74 kcal; Białko ogółem: 95.98 g; Tłuszcz: 68.44 g; Kw. tł. nasy.: 24.00 g; Węglowodany ogółem: 373.14 g; W tym cukry: 67.56 g; Błonnik pok.: 33.83 g; Sól: 7.37 g;	Wartość energetyczna: 2158.54 kcal; Białko ogółem: 88.90 g; Tłuszcz: 54.77 g; Kw. tł. nasy.: 22.93 g; Węglowodany ogółem: 336.30 g; W tym cukry: 66.90 g; Błonnik pok.: 24.21 g; Sól: 8.83 g;	Wartość energetyczna: 2188.77 kcal; Białko ogółem: 93.68 g; Tłuszcz: 55.06 g; Kw. tł. nasy.: 22.85 g; Węglowodany ogółem: 337.30 g; W tym cukry: 68.63 g; Błonnik pok.: 20.38 g; Sól: 7.52 g;	Wartość energetyczna: 2288.74 kcal; Białko ogółem: 106.22 g; Tłuszcz: 69.80 g; Kw. tł. nasy.: 25.58 g; Węglowodany ogółem: 331.30 g; W tym cukry: 40.30 g; Błonnik pok.: 48.06 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2177.89 kcal; Białko ogółem: 91.68 g; Tłuszcz: 54.97 g; Kw. tł. nasy.: 22.90 g; Węglowodany ogółem: 337.55 g; W tym cukry: 68.00 g; Błonnik pok.: 22.68 g; Sól: 8.17 g;	Wartość energetyczna: 1500.25 kcal; Białko ogółem: 58.51 g; Tłuszcz: 36.76 g; Kw. tł. nasy.: 14.64 g; Węglowodany ogółem: 240.41 g; W tym cukry: 102.38 g; Błonnik pok.: 13.82 g; Sól: 3.36 g;	Wartość energetyczna: 1646.47 kcal; Białko ogółem: 63.44 g; Tłuszcz: 46.58 g; Kw. tł. nasy.: 20.08 g; Węglowodany ogółem: 250.57 g; W tym cukry: 102.71 g; Błonnik pok.: 15.27 g; Sól: 4.12 g;	Wartość energetyczna: 1939.26 kcal; Białko ogółem: 80.23 g; Tłuszcz: 54.29 g; Kw. tł. nasy.: 22.69 g; Węglowodany ogółem: 291.28 g; W tym cukry: 110.47 g; Błonnik pok.: 19.36 g; Sól: 5.97 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	
2024-06-16 niedziela	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbójnicka wiewprzowa wędzona 40 g (SOJ) Banan 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbójnicka wiewprzowa wędzona 40 g (SOJ) Banan 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Łopatką zbójnicka wiewprzowa wędzona 40 g (SOJ) Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbójnicka wiewprzowa wędzona 40 g (SOJ) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbójnicka wiewprzowa wędzona 40 g (SOJ) Banan 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Łopatką zbójnicka wiewprzowa wędzona 20 g (SOJ) Ogórek świeży 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbójnicka wiewprzowa wędzona 30 g (SOJ) Ogórek świeży 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbójnicka wiewprzowa wędzona 40 g (SOJ) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Hummus 50 g (SEZ) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Twarożek 50 g (MLE) Pomidor 50 g		
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe mielone w sosie wł 80 g (GLU PSZ) Ziemniaki gotowane 180 g Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g Brokuł gotowany* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 200 ml (GLU PSZ, SEL.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (GLU PSZ, SEL.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 120 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (GLU PSZ, SEL.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 140 g Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Jabłko 150 g			Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Jabłko 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu waniliowa 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu waniliowa 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 40 g (MLE) Jabłko 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser żółty 40 g (MLE) Jabłko 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Jabłko 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
	PN		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chaika 50 g (GLU PSZ, JAJ)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Salata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chaika 50 g (GLU PSZ, JAJ)		Chalka 50 g (GLU PSZ, JAJ) Dzem 25 g 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2483.60 kcal; Białko ogółem: 113.05 g; Tłuszcz: 81.46 g; Kw. tł. nasy.: 35.23 g; Węglowodany ogółem: 339.14 g; W tym cukry: 73.92 g; Błonnik pok.: 27.47 g; Sól: 8.17 g;	Wartość energetyczna: 2571.81 kcal; Białko ogółem: 120.95 g; Tłuszcz: 66.93 g; Kw. tł. nasy.: 27.64 g; Węglowodany ogółem: 384.28 g; W tym cukry: 112.39 g; Błonnik pok.: 21.84 g; Sól: 7.67 g;	Wartość energetyczna: 2383.62 kcal; Białko ogółem: 99.17 g; Tłuszcz: 53.29 g; Kw. tł. nasy.: 21.75 g; Węglowodany ogółem: 389.63 g; W tym cukry: 112.61 g; Błonnik pok.: 19.83 g; Sól: 6.01 g;	Wartość energetyczna: 2385.08 kcal; Białko ogółem: 123.63 g; Tłuszcz: 86.37 g; Kw. tł. nasy.: 29.55 g; Węglowodany ogółem: 297.64 g; W tym cukry: 45.28 g; Błonnik pok.: 43.54 g; Sól: 8.97 g;	Wartość energetyczna: 2550.22 kcal; Białko ogółem: 117.76 g; Tłuszcz: 63.23 g; Kw. tł. nasy.: 26.44 g; Węglowodany ogółem: 391.06 g; W tym cukry: 114.29 g; Błonnik pok.: 22.17 g; Sól: 6.99 g;	Wartość energetyczna: 1977.69 kcal; Białko ogółem: 104.01 g; Tłuszcz: 63.52 g; Kw. tł. nasy.: 27.07 g; Węglowodany ogółem: 255.80 g; W tym cukry: 81.02 g; Błonnik pok.: 14.14 g; Sól: 4.58 g;	Wartość energetyczna: 2079.59 kcal; Białko ogółem: 105.21 g; Tłuszcz: 71.46 g; Kw. tł. nasy.: 31.94 g; Węglowodany ogółem: 262.71 g; W tym cukry: 82.81 g; Błonnik pok.: 14.99 g; Sól: 4.97 g;	Wartość energetyczna: 2343.53 kcal; Białko ogółem: 118.29 g; Tłuszcz: 77.42 g; Kw. tł. nasy.: 35.18 g; Węglowodany ogółem: 303.57 g; W tym cukry: 89.06 g; Błonnik pok.: 17.33 g; Sól: 6.09 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków zołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielony Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 150 ml (MLE, GLU, OW,) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wędzony 20 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU, OW,) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wędzony 30 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
	II/ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Arbuz 150 g	
Obiad	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (GLU, PSZ, SEL,) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE) Jabłko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU, PSZ, SEL,) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU, PSZ, SEL,) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 80 g (GLU, PSZ,) Ziemniaki gotowane 180 g Cukinia pieczona z olejem * 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (GLU, PSZ, SEL,) Pulpet mięsno-warzywny* (wiewprzowy) 80 g (GLU, PSZ, JAJ, SEL,) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU, PSZ, MLE,) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Śurówka żydowska z olejem b/c 130 g Cukinia pieczona z olejem * 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU, PSZ, SEL,) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 200 ml (GLU, PSZ, SEL,) Ryż na sypko 100 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE) Jabłko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino (bez mleka)* 300 ml (GLU, PSZ, SEL,) Ryż na sypko 120 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE) Jabłko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 300 ml (GLU, PSZ, SEL,) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE) Jabłko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD			Masłanka 150 ml (MLE) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT, GLU, JECZ,)			Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,) Buraczki z jabłkiem b/c 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,) Buraczki z jabłkiem b/c 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ,) Mus z jabłek prażonych z cytrynowym 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ,) Buraczki z jabłkiem b/c 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU, PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Buraczki z jabłkiem b/c 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Buraczki z jabłkiem b/c 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,) Buraczki z jabłkiem b/c 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU, PSZ, SOJ,) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU, PSZ, SOJ,) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielony Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU, PSZ, SOJ,) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU, PSZ, SOJ,) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU, PSZ, SOJ,) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU, PSZ, SOJ,) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU, PSZ, SOJ,) Sałata zielona 10 g
	Wartość energetyczna: 2258.60 kcal; Białko ogółem: 77.60 g; Tłuszcz: 56.13 g; Kw. tł. nasy.: 23.58 g; Węglowodany ogółem: 378.36 g; W tym cukry: 78.20 g; Błonnik pok.: 35.18 g; Sól: 7.76 g;	Wartość energetyczna: 2264.14 kcal; Białko ogółem: 70.39 g; Tłuszcz: 50.65 g; Kw. tł. nasy.: 23.17 g; Węglowodany ogółem: 393.74 g; W tym cukry: 107.02 g; Błonnik pok.: 24.28 g; Sól: 7.81 g;	Wartość energetyczna: 2393.19 kcal; Białko ogółem: 87.39 g; Tłuszcz: 66.50 g; Kw. tł. nasy.: 25.45 g; Węglowodany ogółem: 374.11 g; W tym cukry: 108.29 g; Błonnik pok.: 18.40 g; Sól: 7.83 g;	Wartość energetyczna: 2343.92 kcal; Białko ogółem: 102.32 g; Tłuszcz: 73.78 g; Kw. tł. nasy.: 25.83 g; Węglowodany ogółem: 337.56 g; W tym cukry: 34.06 g; Błonnik pok.: 53.40 g; Sól: 9.64 g;	Wartość energetyczna: 2234.83 kcal; Białko ogółem: 65.96 g; Tłuszcz: 48.53 g; Kw. tł. nasy.: 22.56 g; Węglowodany ogółem: 395.39 g; W tym cukry: 108.22 g; Błonnik pok.: 22.78 g; Sól: 8.01 g;	Wartość energetyczna: 1525.05 kcal; Białko ogółem: 52.79 g; Tłuszcz: 36.00 g; Kw. tł. nasy.: 16.02 g; Węglowodany ogółem: 254.58 g; W tym cukry: 116.38 g; Błonnik pok.: 13.34 g; Sól: 3.32 g;	Wartość energetyczna: 1632.77 kcal; Białko ogółem: 52.59 g; Tłuszcz: 43.63 g; Kw. tł. nasy.: 22.18 g; Węglowodany ogółem: 265.58 g; W tym cukry: 119.00 g; Błonnik pok.: 14.63 g; Sól: 3.64 g;	Wartość energetyczna: 1994.44 kcal; Białko ogółem: 67.89 g; Tłuszcz: 52.62 g; Kw. tł. nasy.: 25.05 g; Węglowodany ogółem: 322.62 g; W tym cukry: 126.43 g; Błonnik pok.: 19.09 g; Sól: 5.21 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków zołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia
Śniadanie	Makaron 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) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ) Pomidor b/skórki 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Makaron na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Baton szynkowy z kurczak 30 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Pomidor 40 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Makaron na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Baton szynkowy z kurczak 30 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
II/ SN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Słupki z marchewki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Banan 150 g	
Obiad	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ) Szinak gotowany z olejem* 130 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 80 g (GLU PSZ) Ziemniaki gotowane 180 g Szinak gotowany z olejem* 130 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ) Szinak gotowany z olejem* 60 g (GLU PSZ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ) Szinak gotowany z olejem* 130 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty białej * 200 ml (GLU PSZ, SEL, GOR) Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 120 g (GLU JECZ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty białej * 200 ml (GLU PSZ, SEL, GOR) Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 120 g (GLU JECZ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 140 g (GLU JECZ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
PD				Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Jabłko 150 g			Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE)	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szprot w sosie pomidorowym 100 g (RYB, SEL) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twaróg półtusty 100 g (MLE) Dynam z wody 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Dynam z wody 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szprot w sosie pomidorowym 100 g (RYB, SEL) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szprot w sosie pomidorowym 50 g (RYB, SEL) Ogórek świeży 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szprot w sosie pomidorowym 50 g (RYB, SEL) Ogórek świeży 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szprot w sosie pomidorowym 50 g (RYB, SEL) Ogórek świeży 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szprot w sosie pomidorowym 100 g (RYB, SEL) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Sałata zielona 10 g		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Sałata zielona 10 g		Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Sałata zielona 10 g
	Wartość energetyczna: 2373.24 kcal; Białko ogółem: 90.58 g; Tłuszcz: 69.00 g; Kw. tł. nasy.: 28.10 g; Węglowodany ogółem: 363.98 g; W tym cukry: 62.46 g; Błonnik pok.: 33.62 g; Sól: 8.83 g;	Wartość energetyczna: 2271.14 kcal; Białko ogółem: 100.70 g; Tłuszcz: 51.59 g; Kw. tł. nasy.: 24.65 g; Węglowodany ogółem: 361.04 g; W tym cukry: 60.36 g; Błonnik pok.: 24.27 g; Sól: 8.14 g;	Wartość energetyczna: 2227.53 kcal; Białko ogółem: 100.48 g; Tłuszcz: 57.36 g; Kw. tł. nasy.: 24.77 g; Węglowodany ogółem: 335.93 g; W tym cukry: 61.41 g; Błonnik pok.: 19.19 g; Sól: 7.08 g;	Wartość energetyczna: 2332.36 kcal; Białko ogółem: 100.04 g; Tłuszcz: 77.42 g; Kw. tł. nasy.: 28.52 g; Węglowodany ogółem: 333.79 g; W tym cukry: 46.66 g; Błonnik pok.: 49.53 g; Sól: 8.39 g;	Wartość energetyczna: 2270.49 kcal; Białko ogółem: 100.68 g; Tłuszcz: 51.59 g; Kw. tł. nasy.: 24.65 g; Węglowodany ogółem: 360.89 g; W tym cukry: 60.26 g; Błonnik pok.: 24.24 g; Sól: 8.13 g;	Wartość energetyczna: 1656.34 kcal; Białko ogółem: 64.09 g; Tłuszcz: 49.70 g; Kw. tł. nasy.: 19.23 g; Węglowodany ogółem: 247.62 g; W tym cukry: 88.38 g; Błonnik pok.: 18.65 g; Sól: 4.23 g;	Wartość energetyczna: 1831.91 kcal; Białko ogółem: 66.49 g; Tłuszcz: 62.09 g; Kw. tł. nasy.: 25.11 g; Węglowodany ogółem: 262.59 g; W tym cukry: 92.59 g; Błonnik pok.: 21.17 g; Sól: 4.67 g;	Wartość energetyczna: 2155.49 kcal; Białko ogółem: 87.22 g; Tłuszcz: 68.70 g; Kw. tł. nasy.: 29.00 g; Węglowodany ogółem: 309.86 g; W tym cukry: 98.60 g; Błonnik pok.: 24.74 g; Sól: 6.28 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków zołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	
2024-06-19 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wiewprzowych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wiewprzowa wędzona 40 g (SOJ) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Łopatką zbojnicka wiewprzowa wędzona 40 g (SOJ) Dżem 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką wiewprzowa pieczona 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wiewprzowa wędzona 40 g (SOJ) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Ryż na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wiewprzowych pieczony 40 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wiewprzowych pieczony 73,5 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wiewprzowych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
	II ŚN			Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Jabłko 150 g		
	Obiad	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos bazylkowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos bazylkowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Dyńia z wody 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos bazylkowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE) Dyńia z wody 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos bazylkowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Dyńia z wody 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos bazylkowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 120 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g Sos bazylkowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 120 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos bazylkowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 140 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos bazylkowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 140 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD			Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Keir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)			Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu i rzodkiewki 100 g (MLE) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu i rzodkiewki 100 g (MLE) Słupki z marchewki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Pasta z twarogu i rzodkiewki 50 g (MLE) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu i rzodkiewki 50 g (MLE) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu i rzodkiewki 100 g (MLE) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez miedzna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2278.84 kcal; Białko ogółem: 95.18 g; Tłuszcz: 52.58 g; Kw. tł. nasy.: 25.19 g; Węglowodany ogółem: 369.56 g; W tym cukry: 85.50 g; Błonnik pok.: 29.04 g; Sól: 8.69 g;	Wartość energetyczna: 2322.61 kcal; Białko ogółem: 92.88 g; Tłuszcz: 44.98 g; Kw. tł. nasy.: 23.02 g; Węglowodany ogółem: 396.93 g; W tym cukry: 111.62 g; Błonnik pok.: 22.36 g; Sól: 8.50 g;	Wartość energetyczna: 2371.99 kcal; Białko ogółem: 97.91 g; Tłuszcz: 44.91 g; Kw. tł. nasy.: 22.81 g; Węglowodany ogółem: 401.71 g; W tym cukry: 117.91 g; Błonnik pok.: 20.88 g; Sól: 7.51 g;	Wartość energetyczna: 2052.19 kcal; Białko ogółem: 105.15 g; Tłuszcz: 53.91 g; Kw. tł. nasy.: 23.22 g; Węglowodany ogółem: 304.35 g; W tym cukry: 40.85 g; Błonnik pok.: 4.81 g;	Wartość energetyczna: 2360.63 kcal; Białko ogółem: 95.87 g; Tłuszcz: 44.81 g; Kw. tł. nasy.: 22.86 g; Węglowodany ogółem: 401.87 g; W tym cukry: 117.25 g; Błonnik pok.: 23.14 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 1513.22 kcal; Białko ogółem: 62.48 g; Tłuszcz: 33.20 g; Kw. tł. nasy.: 14.51 g; Węglowodany ogółem: 247.29 g; W tym cukry: 110.22 g; Błonnik pok.: 15.32 g; Sól: 3.88 g;	Wartość energetyczna: 1659.72 kcal; Białko ogółem: 65.95 g; Tłuszcz: 44.30 g; Kw. tł. nasy.: 21.93 g; Węglowodany ogółem: 255.59 g; W tym cukry: 112.06 g; Błonnik pok.: 16.17 g; Sól: 4.55 g;	Wartość energetyczna: 1970.14 kcal; Białko ogółem: 87.24 g; Tłuszcz: 50.62 g; Kw. tł. nasy.: 24.68 g; Węglowodany ogółem: 298.94 g; W tym cukry: 119.34 g; Błonnik pok.: 18.91 g; Sól: 5.50 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 20 g (SOJ, MLE) Ogórek świeży 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (SOJ, MLE) Ogórek świeży 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Twarożek 50 g (MLE) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Twarożek 50 g (MLE) Pomidor 50 g				
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ) Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ) Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ) Surówka wielowarzynna z olejem b/c 130 g (SEL.) Brokuł gotowany* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron 120 g (GLU PSZ) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron 140 g (GLU PSZ) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron 140 g (GLU PSZ) Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron 140 g (GLU PSZ) Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	
	PD			Maślanka 150 ml (MLE) Platki owsiane 10 g (GLU OW)	Banan 150 g				
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasztet z ciecierzycy 100 g (JAJ) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) pasta z wędliny wieprzowej 50 g (SOJ, MLE) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasztet z ciecierzycy 100 g (JAJ) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ) Rzodkiew biała 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ) Rzodkiew biała 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 30 g Sałata zielona 10 g		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 30 g Sałata zielona 10 g	
	Wartość energetyczna: 2453.08 kcal; Białko ogółem: 83.66 g; Tłuszcz: 74.63 g; Kw. tł. nasy.: 25.47 g; Węglowodany ogółem: 375.57 g; W tym cukry: 65.85 g; Błonnik pok.: 33.52 g; Sól: 8.92 g;	Wartość energetyczna: 2296.72 kcal; Białko ogółem: 85.25 g; Tłuszcz: 58.96 g; Kw. tł. nasy.: 22.81 g; Węglowodany ogółem: 367.55 g; W tym cukry: 74.05 g; Błonnik pok.: 26.98 g; Sól: 9.69 g;	Wartość energetyczna: 2331.24 kcal; Białko ogółem: 89.89 g; Tłuszcz: 59.34 g; Kw. tł. nasy.: 22.82 g; Węglowodany ogółem: 369.67 g; W tym cukry: 76.37 g; Błonnik pok.: 22.28 g; Sól: 7.97 g;	Wartość energetyczna: 2286.54 kcal; Białko ogółem: 95.06 g; Tłuszcz: 76.30 g; Kw. tł. nasy.: 24.37 g; Węglowodany ogółem: 322.69 g; W tym cukry: 39.15 g; Błonnik pok.: 49.78 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 2316.72 kcal; Białko ogółem: 88.05 g; Tłuszcz: 59.16 g; Kw. tł. nasy.: 22.78 g; Węglowodany ogółem: 368.95 g; W tym cukry: 75.25 g; Błonnik pok.: 25.48 g; Sól: 9.04 g;	Wartość energetyczna: 1703.08 kcal; Białko ogółem: 75.39 g; Tłuszcz: 44.98 g; Kw. tł. nasy.: 17.50 g; Węglowodany ogółem: 257.50 g; W tym cukry: 83.27 g; Błonnik pok.: 17.75 g; Sól: 5.10 g;	Wartość energetyczna: 1788.41 kcal; Białko ogółem: 75.05 g; Tłuszcz: 52.10 g; Kw. tł. nasy.: 22.17 g; Węglowodany ogółem: 263.64 g; W tym cukry: 86.21 g; Błonnik pok.: 18.82 g; Sól: 5.47 g;	Wartość energetyczna: 2042.09 kcal; Białko ogółem: 87.47 g; Tłuszcz: 55.86 g; Kw. tł. nasy.: 23.71 g; Węglowodany ogółem: 308.30 g; W tym cukry: 93.27 g; Błonnik pok.: 24.22 g; Sól: 7.36 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia
Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszanym pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE) Słupki z marchewki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE) Słupki z marchewki 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE) Słupki z marchewki 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE) Słupki z marchewki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wędziny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Jogurt brzoskwiniowy 150g 1 szt (MLE)			
Obiad	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL) Ryba smażona (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ziemniaki gotowane 180 g z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB.) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Warzywa po grecku* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB.) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty młodej z olejem 130 g Warzywa po grecku* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB.) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty młodej z olejem 130 g Warzywa po grecku* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB.) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Warzywa po grecku* 130 g Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem * 200 ml (MLE, SEL) Ryba pieczona (Miruna) 60 g (RYB.) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 100 g Warzywa po grecku* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL) Ryba pieczona (Miruna) 60 g (RYB.) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 120 g Warzywa po grecku* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB.) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 140 g Warzywa po grecku* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
PD			Jabłko 150 g Keifir 2.0%tł 150g 1 szt (MLE)	Jabłko 150 g				
Kolacja	Chleb mieszanym pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Salatka wiosenna 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszanym pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Salatka wiosenna - diety 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szykowna dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Salatka wiosenna 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszanym pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szykowna dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Salatka wiosenna 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Salatka wiosenna 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Salatka wiosenna 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
PN	Chleb mieszanym pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędziny parzony z dodatną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Salata zielona 10 g		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędziny parzony z dodatną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Salata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędziny parzony z dodatną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Salata zielona 10 g	Chleb mieszanym pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędziny parzony z dodatną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędziny parzony z dodatną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Salata zielona 10 g	Chleb mieszanym pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędziny parzony z dodatną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Salata zielona 10 g	
	Wartość energetyczna: 2376.93 kcal; Białko ogółem: 97.30 g; Tłuszcz: 73.36 g; Kw. tł. nasy.: 25.90 g; Węglowodany ogółem: 345.49 g; W tym cukry: 75.34 g; Błonnik pok.: 31.80 g; Sól: 7.80 g;	Wartość energetyczna: 2302.07 kcal; Białko ogółem: 95.74 g; Tłuszcz: 61.72 g; Kw. tł. nasy.: 24.85 g; Węglowodany ogółem: 351.83 g; W tym cukry: 78.68 g; Błonnik pok.: 24.04 g; Sól: 7.17 g;	Wartość energetyczna: 2167.24 kcal; Białko ogółem: 2070.04 kcal; Białko ogółem: 94.53 g; Tłuszcz: 47.05 g; Kw. tł. nasy.: 21.88 g; Węglowodany ogółem: 351.26 g; W tym cukry: 77.84 g; Błonnik pok.: 21.02 g; Sól: 7.38 g;	Wartość energetyczna: 2070.04 kcal; Białko ogółem: 99.35 g; Tłuszcz: 63.78 g; Kw. tł. nasy.: 23.56 g; Węglowodany ogółem: 298.86 g; W tym cukry: 50.62 g; Błonnik pok.: 47.94 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 2145.88 kcal; Białko ogółem: 91.09 g; Tłuszcz: 46.85 g; Kw. tł. nasy.: 21.95 g; Węglowodany ogółem: 350.72 g; W tym cukry: 76.58 g; Błonnik pok.: 24.03 g; Sól: 8.36 g;	Wartość energetyczna: 1390.95 kcal; Białko ogółem: 64.96 g; Tłuszcz: 38.98 g; Kw. tł. nasy.: 17.24 g; Węglowodany ogółem: 202.45 g; W tym cukry: 76.92 g; Błonnik pok.: 16.15 g; Sól: 3.48 g;	Wartość energetyczna: 1466.56 kcal; Białko ogółem: 62.96 g; Tłuszcz: 45.95 g; Kw. tł. nasy.: 21.78 g; Węglowodany ogółem: 208.24 g; W tym cukry: 78.92 g; Błonnik pok.: 17.08 g; Sól: 3.59 g;	Wartość energetyczna: 1844.35 kcal; Białko ogółem: 87.00 g; Tłuszcz: 57.23 g; Kw. tł. nasy.: 25.43 g; Węglowodany ogółem: 255.40 g; W tym cukry: 88.98 g; Błonnik pok.: 21.82 g; Sól: 4.83 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	
2024-06-22 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</u>) Rzodkiew biała 40 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</u>) Rzodkiew biała 40 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
		II / SN			Chleb pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Banan 150 g	
2024-06-22 sobota	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u>) Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 130 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza bulgur 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 130 g (<u>SEL</u>) Cukinia pieczona z olejem * 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u>) Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (<u>GLU JECZ</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 120 g (<u>GLU JECZ</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 140 g (<u>GLU JECZ</u>) Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 130 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
		PD			Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		
2024-06-22 sobota	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ</u>) Mus z jabłek prażonych 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z wędliny wierzprowej 50 g (<u>SOJ</u>) Mus z jabłek prażonych 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ</u>) Mus z jabłek prażonych 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
		PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 10 g	Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt
		Wartość energetyczna: 2155.36 kcal; Białko ogółem: 78.67 g; Tłuszcz: 55.58 g; Kw. tł. nasy.: 19.98 g; Węglowodany ogółem: 352.91 g; W tym cukry: 67.21 g; Błonnik pok.: 35.45 g; Sól: 8.94 g;	Wartość energetyczna: 2312.00 kcal; Białko ogółem: 80.13 g; Tłuszcz: 54.31 g; Kw. tł. nasy.: 19.95 g; Węglowodany ogółem: 392.42 g; W tym cukry: 99.66 g; Błonnik pok.: 29.31 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 2221.73 kcal; Białko ogółem: 84.22 g; Tłuszcz: 45.79 g; Kw. tł. nasy.: 18.98 g; Węglowodany ogółem: 383.48 g; W tym cukry: 104.65 g; Błonnik pok.: 24.50 g; Sól: 6.83 g;	Wartość energetyczna: 2143.35 kcal; Białko ogółem: 95.42 g; Tłuszcz: 60.32 g; Kw. tł. nasy.: 21.94 g; Węglowodany ogółem: 321.08 g; W tym cukry: 39.05 g; Błonnik pok.: 43.46 g; Sól: 9.95 g;	Wartość energetyczna: 2270.25 kcal; Białko ogółem: 83.36 g; Tłuszcz: 47.88 g; Kw. tł. nasy.: 19.33 g; Węglowodany ogółem: 392.83 g; W tym cukry: 103.75 g; Błonnik pok.: 27.75 g; Sól: 7.46 g;	Wartość energetyczna: 1577.08 kcal; Białko ogółem: 60.90 g; Tłuszcz: 40.00 g; Kw. tł. nasy.: 13.01 g; Węglowodany ogółem: 253.27 g; W tym cukry: 97.91 g; Błonnik pok.: 17.04 g; Sól: 4.29 g;	Wartość energetyczna: 1665.19 kcal; Białko ogółem: 59.05 g; Tłuszcz: 47.20 g; Kw. tł. nasy.: 17.58 g; Węglowodany ogółem: 261.78 g; W tym cukry: 99.97 g; Błonnik pok.: 18.50 g; Sól: 4.60 g;	Wartość energetyczna: 1917.57 kcal; Białko ogółem: 70.84 g; Tłuszcz: 52.41 g; Kw. tł. nasy.: 19.09 g; Węglowodany ogółem: 305.15 g; W tym cukry: 106.66 g; Błonnik pok.: 25.77 g; Sól: 5.87 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	
2024-06-23 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbojniczą wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbojniczą wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) mielona Łopatką zbojniczą wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Dżem 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbojniczą wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbojniczą wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbojniczą wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbojniczą wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml Salata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbojniczą wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
	II/ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt		
	Obiad	Pomidorowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka schabowa 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Mizeria 130 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bitka schabowa 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pulpet wieprzowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bitka schabowa 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Mizeria 130 g (<u>MLE</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bitka schabowa 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Schab gotowany 60 g Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki gotowane 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Schab gotowany 60 g Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki gotowane 120 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka schabowa 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki gotowane 140 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD			Arbuz 150 g Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)			Arbuz 150 g		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Śliпки z marchewki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
	PN		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopotka drobnowieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u>)	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u>) Dżem 25 g 1 szt		
	Wartość energetyczna: 2380.79 kcal; Białko ogółem: 100.08 g; Tłuszcz: 58.22 g; Kw. tł. nasy.: 24.58 g; Węglowodany ogółem: 375.80 g; W tym cukry: 95.78 g; Błonnik pok.: 26.95 g; Sól: 7.72 g;	Wartość energetyczna: 2530.46 kcal; Białko ogółem: 105.04 g; Tłuszcz: 55.84 g; Kw. tł. nasy.: 23.38 g; Węglowodany ogółem: 407.71 g; W tym cukry: 119.62 g; Błonnik pok.: 18.87 g; Sól: 7.06 g;	Wartość energetyczna: 2560.89 kcal; Białko ogółem: 97.85 g; Tłuszcz: 60.13 g; Kw. tł. nasy.: 24.33 g; Węglowodany ogółem: 416.38 g; W tym cukry: 125.94 g; Błonnik pok.: 21.51 g; Sól: 6.34 g;	Wartość energetyczna: 2125.44 kcal; Białko ogółem: 106.16 g; Tłuszcz: 59.56 g; Kw. tł. nasy.: 24.76 g; Węglowodany ogółem: 311.04 g; W tym cukry: 55.46 g; Błonnik pok.: 41.00 g; Sól: 8.18 g;	Wartość energetyczna: 2580.61 kcal; Białko ogółem: 103.09 g; Tłuszcz: 61.64 g; Kw. tł. nasy.: 23.59 g; Węglowodany ogółem: 413.54 g; W tym cukry: 125.18 g; Błonnik pok.: 23.74 g; Sól: 7.24 g;	Wartość energetyczna: 1695.56 kcal; Białko ogółem: 74.05 g; Tłuszcz: 34.27 g; Kw. tł. nasy.: 15.19 g; Węglowodany ogółem: 276.92 g; W tym cukry: 123.39 g; Błonnik pok.: 11.97 g; Sól: 3.42 g;	Wartość energetyczna: 1726.48 kcal; Białko ogółem: 69.10 g; Tłuszcz: 38.96 g; Kw. tł. nasy.: 18.30 g; Węglowodany ogółem: 279.52 g; W tym cukry: 128.42 g; Błonnik pok.: 12.66 g; Sól: 3.66 g;	Wartość energetyczna: 2081.97 kcal; Białko ogółem: 85.71 g; Tłuszcz: 51.20 g; Kw. tł. nasy.: 20.73 g; Węglowodany ogółem: 324.78 g; W tym cukry: 134.63 g; Błonnik pok.: 14.60 g; Sól: 4.52 g;	

Oznaczenia alergenów:

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

Oznaczenia wskaźników odż.:

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