

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-12-10

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa

- Śniadanie: Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _), Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Łopátka zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ, _), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,
- Obiad: Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _), Schab gotowany 80 g , Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ, _), Ziemniaki 180 g , Surówka z kapusty białej z olejem b/c 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,
- Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Twarożek z ziołami 80 g (MLE, _), Banan 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,
- PN: Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE, _), Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02, _),
- Wartości odżywcze: E: 2333.44 kcal; B: 101.08 g; T: 52.33 g; Kw. tł. nasy.: 23.13 g; W: 377.79 g; W tym cukry: 99.32 g; Bł.: 30.12 g; Sól: 7.55 g; WW: 34.89 Por; Ener. z B: 17.33 %; Ener. z W: 59.6 %; Ener. z T: 20.18 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 4281.98 mg;

W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna

- Śniadanie: Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Łopátka zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ, _), Dżem 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,
- Obiad: Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Schab gotowany 80 g , Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ, _), Ziemniaki 180 g , Bukiet warzyw gotowanych królewski* 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,
- Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Twarożek z ziołami 80 g (MLE, _), Banan 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,
- PN: Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE, _), Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02, _),
- Wartości odżywcze: E: 2444.31 kcal; B: 105.33 g; T: 47.95 g; Kw. tł. nasy.: 22.87 g; W: 403.61 g; W tym cukry: 119.72 g; Bł.: 18.81 g; Sól: 6.91 g; WW: 38.61 Por; Ener. z B: 17.24 %; Ener. z W: 62.97 %; Ener. z T: 17.66 %; Ener. z Bł.: 1.54 %; K: 3630.99 mg;

W-wa- PIM MSWiA III Kleikowa

- Śniadanie: Kleik ryżowy na wodzie 400 g , Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, _), Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,
- Obiad: Kleik ryżowy na wodzie 400 g , Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, _), Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,
- Kolacja: Kleik ryżowy na wodzie 400 g , Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, _), Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,
- Wartości odżywcze: E: 1031.85 kcal; B: 25.71 g; T: 8.04 g; Kw. tł. nasy.: .3 g; W: 215.07 g; W tym cukry: .39 g; Bł.: 4.68 g; Sól: .44 g; WW: 21.15 Por; Ener. z B: 9.97 %; Ener. z W: 81.56 %; Ener. z T: 7.01 %; Ener. z Bł.: .91 %; K: 274.05 mg;

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

- Śniadanie: Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), mielona Łopátka zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ, _), Dżem 80 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,
- Obiad: Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Pulpet wieprzowy 80 g (GLU PSZ, JAJ, _), Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ, _), Ziemniaki 180 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (SEL, _), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-12-10

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Twarożek 80 g (MLE,),
Banan 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,), Ciasto drożdżowe 50 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, S02,),

Wartości odżywcze: E: 2562.49 kcal; B: 98.03 g; T: 60.17 g; Kw. tł. nasy.: 24.33 g; W: 416.6 g; W tym cukry: 126 g; Bł.: 21.66 g;
Sól: 6.35 g; WW: 39.52 Por; Ener. z B: 15.3 %; Ener. z W: 61.65 %; Ener. z T: 21.13 %; Ener. z Bł.: 1.69 %; K:
3889.61 mg;

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

Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,), Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Masło
extra 82% 10 g (MLE,), Łopátka zbiójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ,), Pomidor 80 g , Sałata
zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

II ŚN: Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Hummus z ciecierzycy 50 g , Papryka świeża
50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

Obiad: Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLUPSZ, SEL,), Schab gotowany 80 g , Sos
szpinakowy* 80 ml (GLUPSZ,), Ziemniaki 180 g , Surówka z kapusty białej z olejem b/c 130 g , Bukiet
warzyw gotowanych królewski* 60 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

PD: Jabłko 150 g , Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,),

Kolacja: Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Twarożek z
ziołami 80 g (MLE,), Ogórek kiszony 70 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml

PN: Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Polędwica
Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ,), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2057.21 kcal; B: 102.93 g; T: 54.45 g; Kw. tł. nasy.: 22.14 g; W: 307.67 g; W tym cukry: 48.06 g; Bł.: 43 g;
Sól: 8.98 g; WW: 26.58 Por; Ener. z B: 20.01 %; Ener. z W: 51.46 %; Ener. z T: 23.82 %; Ener. z Bł.: 4.18 %;
K: 4533.64 mg;

W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa

Śniadanie: Kasza manna na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ,),
Masło extra 82% 10 g (MLE,), Łopátka zbiójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ,), Dżem 80 g , Sałata
zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLUPSZ, SEL,), Schab gotowany 80 g , Sos
szpinakowy* 80 ml (GLUPSZ,), Ziemniaki 180 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (SEL,),
Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU
PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Twarożek z ziołami 80 g (MLE,), Banan 150 g , Sałata zielona 20
g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,), Ciasto drożdżowe 50 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, S02,),

Wartości odżywcze: E: 2494.46 kcal; B: 103.38 g; T: 53.75 g; Kw. tł. nasy.: 23.08 g; W: 409.45 g; W tym cukry: 125.28 g; Bł.:
23.69 g; Sól: 7.09 g; WW: 38.61 Por; Ener. z B: 16.58 %; Ener. z W: 61.86 %; Ener. z T: 19.39 %; Ener. z Bł.:
1.9 %; K: 3994.04 mg;

W-wa- PIM MSWiA S1 Niskobiałkowa/Ziemniaczana

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Łopátka zbiójnicka
wieprzowa wędzona 30 g (SOJ,), Pomidor 80 g , Dżem 40 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna
ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLUPSZ, SEL,), Zapiekanka z ziemniaków i warzyw* 300
g (JAJ, MLE, SEL,), Surówka z kapusty białej z olejem b/c 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300
ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-12-10

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA S1 Niskobiałkowa/Ziemniaczana

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Placki ziemniaczane 300 g (GLUPSZ, JAJ,), Banan 150 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Wartości odżywcze: E: 1881.44 kcal; B: 44.12 g; T: 71.08 g; Kw. tł. nasy.: 20.98 g; W: 279.25 g; W tym cukry: 97.18 g; Bł.: 23.58 g; Sól: 3.42 g; WW: 25.64 Por; Ener. z B: 9.38 %; Ener. z W: 54.36 %; Ener. z T: 34 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 3965.37 mg;

W-wa- PIM MSWiA S3 Niskofosforanowa

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Schab gotowany 40 g, Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLUPSZ, SEL,), Schab gotowany 80 g, Sos szpinakowy* 80 ml (GLUPSZ,), Ziemniaki 180 g, Bukiet warzyw gotowanych królewski* 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Twarożek 80 g (MLE,), Banan 150 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Wartości odżywcze: E: 1863.04 kcal; B: 91.71 g; T: 34.19 g; Kw. tł. nasy.: 17.57 g; W: 304.16 g; W tym cukry: 73.92 g; Bł.: 17.48 g; Sól: 4.89 g; WW: 28.82 Por; Ener. z B: 19.69 %; Ener. z W: 61.55 %; Ener. z T: 16.52 %; Ener. z Bł.: 1.88 %; K: 3381.22 mg;

W-wa- PIM MSWiA S4 Alergiczna

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

Obiad: Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL,), Schab gotowany 80 g, Ziemniaki 180 g, Marchew gotowana z olejem* 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,

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

Wartości odżywcze: E: 1638.51 kcal; B: 71.65 g; T: 41.14 g; Kw. tł. nasy.: 9.48 g; W: 250.28 g; W tym cukry: 55.25 g; Bł.: 14.87 g; Sól: 2.14 g; WW: 23.63 Por; Ener. z B: 17.49 %; Ener. z W: 57.47 %; Ener. z T: 22.6 %; Ener. z Bł.: 1.82 %; K: 2811.58 mg;

W-wa- PIM MSWiA S5 Płynna/Sonda

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

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

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

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

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

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

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

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

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

II ŚN: sonda śn b/ml 400 ml (GLUPSZ, JAJ, SEL,),

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-12-10

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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

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

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

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

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

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

W-wa- PIM MSWiA S7 Niskosodowa

Śniadanie: Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _), Chleb pszenno-żytni bez soli 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Schab gotowany (bez soli) 40 g , Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Pomidorowa z makaronem (bez soli)* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _), Schab gotowany (bez soli) 80 g , Sos szpinakowy (bez soli)* 80 ml (GLU PSZ, _), Ziemniaki (bez soli) 180 g , Bukiet warzyw gotowanych królewski* (bez soli) 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb pszenno-żytni bez soli 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Twarożek 80 g (MLE, _), Banan 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1908.5 kcal; B: 100.84 g; T: 40.64 g; Kw. tł. nasy.: 20.56 g; W: 287.11 g; W tym cukry: 85.53 g; Bł.: 12.06 g; Sól: .86 g; WW: 27.66 Por; Ener. z B: 21.13 %; Ener. z W: 57.65 %; Ener. z T: 19.16 %; Ener. z Bł.: 1.26 %; K: 3606.5 mg;

W-wa- PIM MSWiA S8 Niskobiałkowa

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Łopatka zbjónicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, _), Pomidor 80 g , Dżem 40 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Schab gotowany 70 g , Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ, _), Ziemniaki 180 g , Bukiet warzyw gotowanych królewski* 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Twarożek z ziołami 50 g (MLE, _), Banan 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml , Miód (25g) 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 1759.64 kcal; B: 69.66 g; T: 29.87 g; Kw. tł. nasy.: 15.54 g; W: 309.59 g; W tym cukry: 87.64 g; Bł.: 16.9 g; Sól: 5.1 g; WW: 29.41 Por; Ener. z B: 15.84 %; Ener. z W: 66.53 %; Ener. z T: 15.28 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 3032.8 mg;

W-wa- PIM MSWiA Aspirynowa

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

Obiad: Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, _), Ziemniaki 180 g , Schab gotowany 80 g , Marchew gotowana z olejem* 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Twarożek 80 g (MLE, _), Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml , Banan 150 g ,

Wartości odżywcze: E: 1621.57 kcal; B: 76.66 g; T: 34.71 g; Kw. tł. nasy.: 17.27 g; W: 262.56 g; W tym cukry: 73.02 g; Bł.: 23.78 g; Sól: 4.25 g; WW: 24.04 Por; Ener. z B: 18.91 %; Ener. z W: 58.9 %; Ener. z T: 19.26 %; Ener. z Bł.: 2.93 %; K: 3127.43 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-12-10

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Niskopurynowa

Śniadanie: Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Hummus z ciecierzycy 100 g, Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _), Zapiekanka z ziemników i warzyw* 300 g (JAJ, MLE, SEL, _), Surówka z kapusty białej z olejem b/c 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Twarożek z ziołami 80 g (MLE, _), Sałata zielona 20 g, Banan 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Wartości odżywcze: E: 2184.95 kcal; B: 73.66 g; T: 61.1 g; Kw. tł. nasy.: 24.54 g; W: 344.72 g; W tym cukry: 97.31 g; Bł.: 24.2 g; Sól: 5.17 g; WW: 32.18 Por; Ener. z B: 13.49 %; Ener. z W: 58.68 %; Ener. z T: 25.17 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 3360.26 mg;

W-wa- PIM MSWiA Położniczo-ciężowa

Śniadanie: Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _), Chleb pełnoziarnisty 100 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ, _), Dżem 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

II ŚN: Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ, _), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml,

Obiad: Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _), Ziemniaki 180 g, Schab gotowany 80 g, Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ, _), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 130 g, Marchew gotowana z olejem* 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,

PD: Jabłko 150 g, Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE, _),

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Chleb pełnoziarnisty 50 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Twarożek z ziołami 80 g (MLE, _), Banan 150 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Wartości odżywcze: E: 2557.18 kcal; B: 111.53 g; T: 57.28 g; Kw. tł. nasy.: 22.3 g; W: 411.95 g; W tym cukry: 136.4 g; Bł.: 27.77 g; Sól: 7.73 g; WW: 38.59 Por; Ener. z B: 17.45 %; Ener. z W: 60.09 %; Ener. z T: 20.16 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 4248.91 mg;

W-wa- PIM MSWiA Wegetariańska

Śniadanie: Kasza manna na mleku 100 ml (GLU PSZ, MLE, _), Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Hummus z ciecierzycy 100 g, Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _), Zapiekanka z ziemników i warzyw* 300 g (JAJ, MLE, SEL, _), Surówka z kapusty białej z olejem b/c 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Twarożek z ziołami 80 g (MLE, _), Banan 150 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Wartości odżywcze: E: 1991.67 kcal; B: 62.68 g; T: 57.62 g; Kw. tł. nasy.: 22.57 g; W: 318.1 g; W tym cukry: 88.77 g; Bł.: 30.66 g; Sól: 5.55 g; WW: 28.87 Por; Ener. z B: 12.59 %; Ener. z W: 57.73 %; Ener. z T: 26.04 %; Ener. z Bł.: 3.08 %; K: 3190.57 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa

Śniadanie: Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE, _), Chleb bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Schab gotowany 40 g, Dżem 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-12-10

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa

Obiad: Pomidorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL,), Schab gotowany 80 g , Sos szpinakowy (bez glutenu)* 80 ml , Ziemniaki 180 g , Bukiet warzyw gotowanych królewski* 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb bezglutenowy 100 g , Masło extra 82% 10 g (MLE,), Twarożek z ziołami 80 g (MLE,), Sałata zielona 20 g , Banan 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1929.57 kcal; B: 80.68 g; T: 44.99 g; Kw. tł. nasy.: 19.74 g; W: 301.29 g; W tym cukry: 101.33 g; Bł.: 11.43 g; Sól: 2.26 g; WW: 29.17 Por; Ener. z B: 16.72 %; Ener. z W: 60.09 %; Ener. z T: 20.99 %; Ener. z Bł.: 1.18 %; K: 3375.72 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa bezmleczna

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

Obiad: Pomidorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL,), Schab gotowany 80 g , Sos szpinakowy (bez glutenu)* 80 ml , Ziemniaki 180 g , Bukiet warzyw gotowanych królewski* 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb bezglutenowy 100 g , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g , Pasta z groszku zielonego b/ml 100 g , Banan 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1845.34 kcal; B: 64.18 g; T: 44.74 g; Kw. tł. nasy.: 8.98 g; W: 300.35 g; W tym cukry: 89.47 g; Bł.: 16.7 g; Sól: 2.44 g; WW: 28.48 Por; Ener. z B: 13.91 %; Ener. z W: 61.48 %; Ener. z T: 21.82 %; Ener. z Bł.: 1.81 %; K: 3034.39 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezmleczna

Śniadanie: Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ,), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g , Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ,), Dżem 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLUPSZ, SEL,), Ziemniaki 180 g , Sos szpinakowy* 80 ml (GLUPSZ,), Schab gotowany 80 g , Bukiet warzyw gotowanych królewski* 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ,), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałata zielona 20 g , Banan 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1959.2 kcal; B: 81.86 g; T: 30.37 g; Kw. tł. nasy.: 8.75 g; W: 346.37 g; W tym cukry: 98.68 g; Bł.: 17.66 g; Sól: 7.07 g; WW: 32.96 Por; Ener. z B: 16.71 %; Ener. z W: 67.11 %; Ener. z T: 13.95 %; Ener. z Bł.: 1.8 %; K: 2879.36 mg;

W-wa- PIM MSWiA Rozdrobniona/Mielona

Śniadanie: Kasza manna na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), mielona Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ,), Dżem 80 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLUPSZ, SEL,), Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 80 g (GLUPSZ,), Ziemniaki puree 180 g (MLE,), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Twarożek 80 g (MLE,), Banan 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 400 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2241.01 kcal; B: 88.68 g; T: 49.45 g; Kw. tł. nasy.: 21.46 g; W: 365.95 g; W tym cukry: 117.58 g; Bł.: 15.32 g; Sól: 5.36 g; WW: 35.21 Por; Ener. z B: 15.83 %; Ener. z W: 62.58 %; Ener. z T: 19.86 %; Ener. z Bł.: 1.37 %; K: 3242.36 mg;

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

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-12-10

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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

- Śniadanie: Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE, _), Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 5 g (MLE, _), Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, _), Pomidor 40 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,
- II ŚN: Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt ,
- Obiad: Pomidorowa z makaronem * 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _), Schab gotowany 60 g , Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ, _), Ziemniaki 100 g , Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml ,
- PD: Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE, _),
- Kolacja: Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _), Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 5 g (MLE, _), Twarożek z ziołami 50 g (MLE, _), Banan 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml ,
- PN: Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2, _),
- Wartości odżywcze: E: 1755 kcal; B: 79.62 g; T: 37.64 g; Kw. tł. nasy.: 17.53 g; W: 275.95 g; W tym cukry: 117.78 g; Bł.: 11.22 g; Sól: 3.65 g; WW: 26.63 Por; Ener. z B: 18.15 %; Ener. z W: 60.34 %; Ener. z T: 19.3 %; Ener. z Bł.: 1.28 %; K: 2973.13 mg;

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

- Śniadanie: Kasza manna na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE, _), Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ, _), Pomidor 40 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml , Sałata zielona 20 g ,
- II ŚN: Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt ,
- Obiad: Pomidorowa z makaronem * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _), Schab gotowany 60 g , Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ, _), Ziemniaki 120 g , Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,
- PD: Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE, _),
- Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Twarożek z ziołami 50 g (MLE, _), Banan 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,
- PN: Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2, _),
- Wartości odżywcze: E: 1785.92 kcal; B: 74.67 g; T: 42.33 g; Kw. tł. nasy.: 20.64 g; W: 278.55 g; W tym cukry: 122.81 g; Bł.: 11.91 g; Sól: 3.9 g; WW: 26.81 Por; Ener. z B: 16.72 %; Ener. z W: 59.72 %; Ener. z T: 21.33 %; Ener. z Bł.: 1.33 %; K: 2887.34 mg;

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

- Śniadanie: Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ, _), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,
- II ŚN: Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt ,
- Obiad: Pomidorowa z makaronem * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _), Schab gotowany 80 g , Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ, _), Ziemniaki 140 g , Bukiet warzyw gotowanych królewski* 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,
- PD: Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE, _),

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-12-10

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Twarożek z ziołami 60 g (MLE,), Banan 150 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

PN: Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,),

Wartości odżywcze: E: 2056.54 kcal; B: 91.88 g; T: 46.73 g; Kw. tł. nasy.: 22.61 g; W: 319.56 g; W tym cukry: 129.02 g; Bł.: 13.71 g; Sól: 4.57 g; WW: 30.76 Por; Ener. z B: 17.87 %; Ener. z W: 59.49 %; Ener. z T: 20.45 %; Ener. z Bł.: 1.33 %; K: 3421.14 mg;

W-wa- PIM MSWiA Transplantologia

Śniadanie: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ,), Dynia z wody 80 g, Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,), Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml,

II ŚN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Mus z jabłek () b/c 150 g,

Obiad: Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Schab gotowany 80 g, Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ,), Ziemniaki 180 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (SEL,), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml,

PD: Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE,), Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,),

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Twarożek 80 g (MLE,), Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE,), Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml,

Wartości odżywcze: E: 2165.98 kcal; B: 103.61 g; T: 54.27 g; Kw. tł. nasy.: 23.41 g; W: 325.83 g; W tym cukry: 43.62 g; Bł.: 26.38 g; Sól: 8.04 g; WW: 29.8 Por; Ener. z B: 19.13 %; Ener. z W: 55.3 %; Ener. z T: 22.55 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 3500.58 mg;

W-wa- PIM MSWiA Specjalna

Śniadanie: Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ,), Dzem 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

II ŚN: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,),

Obiad: Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Schab gotowany 80 g, Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ,), Ziemniaki 180 g, Bukiet warzyw gotowanych królewski* 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,

PD: Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (MLE,),

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

PN: Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,), Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,),

Wartości odżywcze: E: 2491.22 kcal; B: 114.42 g; T: 53.84 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; W: 392.17 g; W tym cukry: 124.82 g; Bł.: 16.89 g; Sól: 6.38 g; WW: 37.62 Por; Ener. z B: 18.37 %; Ener. z W: 60.26 %; Ener. z T: 19.45 %; Ener. z Bł.: 1.36 %; K: 3691.44 mg;

W-wa- PIM MSWiA Cukrzyca oszczędzająca

Śniadanie: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ,), Dynia z wody 80 g, Sałata zielona 20 g, Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,), Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml,

II ŚN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Pomidor b/skórki 50 g,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-12-10

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Cukrzyca oszczędzająca

Obiad: Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Schab gotowany 80 g , Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ,), Ziemniaki 180 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (SEL,), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

PD: Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE,), Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,),

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Twarożek z ziołami 80 g (MLE,), Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE,), Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

PN: Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (SOJ, GOR,), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2271.51 kcal; B: 112.18 g; T: 60.42 g; Kw. tł. nasy.: 25.47 g; W: 330.18 g; W tym cukry: 46.64 g; Bł.: 27.95 g; Sól: 9.36 g; WW: 30.14 Por; Ener. z B: 19.75 %; Ener. z W: 53.22 %; Ener. z T: 23.94 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 3879.76 mg;

W-wa- PIM MSWiA Wegańska

Śniadanie: Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 20 g , Paszтет sojowy z pomidorami 100 g (SOJ, GOR,), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml , Woda mineralna n/g 1,5l 2 szt ,

Obiad: Pomidorowa z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Kotlety sojowe 150 g (SOJ,), Ziemniaki 180 g , Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g , Jabłko 150 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 20 g , Sałatka ze świeżych warzyw 200 g , Banan 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2381.38 kcal; B: 74.12 g; T: 70.39 g; Kw. tł. nasy.: 12.77 g; W: 372.96 g; W tym cukry: 101.69 g; Bł.: 48.36 g; Sól: 7.03 g; WW: 32.57 Por; Ener. z B: 12.45 %; Ener. z W: 54.52 %; Ener. z T: 26.6 %; Ener. z Bł.: 4.06 %; K: 3621.04 mg;