

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-23

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa

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), Szyunka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE), Papryka świeża 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryż na sypko 180 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE), Mus z jabłek prażonych 150 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), Ser żółty 50 g (MLE), Ogórek kiszony 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Wartości odżywcze: E: 2047.87 kcal; B: 68.09 g; T: 49.95 g; Kw. tł. nasy.: 27.12 g; W: 348.98 g; W tym cukry: 101.83 g; Bł.: 26.18 g; Sól: 8.78 g; WW: 32.36 Por; Ener. z B: 317.22 %; Ener. z W: 1157.36 %; Ener. z T: 328.66 %; Ener. z Bł.: 87.18 %; K: 2453.19 mg;

W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna

Śniadanie: Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Szyunka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE), Dżem 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL), Ryż na sypko 180 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE), Mus z jabłek prażonych 150 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), Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ), Dynia z wody 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Wartości odżywcze: E: 2023.31 kcal; B: 59.2 g; T: 34.25 g; Kw. tł. nasy.: 17.45 g; W: 380.89 g; W tym cukry: 128.21 g; Bł.: 19.71 g; Sól: 7.67 g; WW: 36.14 Por; Ener. z B: 289.23 %; Ener. z W: 1154.52 %; Ener. z T: 256.1 %; Ener. z Bł.: 64.08 %; K: 2191.39 mg;

W-wa- PIM MSWiA III Kleikowa

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

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

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

Wartości odżywcze: E: 1031.85 kcal; B: 25.71 g; T: 8.04 g; Kw. tł. nasy.: .3 g; W: 215.07 g; W tym cukry: .39 g; Bł.: 4.68 g; Sól: .44 g; WW: 21.15 Por; Ener. z B: 41.11 %; Ener. z W: 353.75 %; Ener. z T: 27.01 %; Ener. z Bł.: 4.17 %; K: 274.05 mg;

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

Śniadanie: Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), mielona Szyunka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE), Dżem 80 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL), Ziemniaki 180 g, Mięso drobiowe mielone w sosie wł 80 g (GLU PSZ), Szpinak gotowany z olejem* 130 g (GLU PSZ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-23

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), mielona Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ,), Dynia z wody 80 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2048.36 kcal; B: 76.26 g; T: 46.47 g; Kw. tł. nasy.: 18.07 g; W: 338.48 g; W tym cukry: 88.47 g; Bł.: 18.56 g; Sól: 7.01 g; WW: 32.07 Por; Ener. z B: 264.44 %; Ener. z W: 971.91 %; Ener. z T: 345.88 %; Ener. z Bł.: 35.18 %; K: 3464.87 mg;

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

Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,), Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szyunka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

II ŚN: Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Słupki z marchewki 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

Obiad: Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL,), Ryż na sypko (brązowy) 180 g , Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 130 g , Szpinak gotowany z olejem* 60 g (GLU PSZ,), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

PD: Śliwka 150 g , Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,),

Kolacja: Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ,), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

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

Wartości odżywcze: E: 2195.11 kcal; B: 88.45 g; T: 59.65 g; Kw. tł. nasy.: 22.12 g; W: 345.52 g; W tym cukry: 48.64 g; Bł.: 54.48 g; Sól: 10.64 g; WW: 29.09 Por; Ener. z B: 509.49 %; Ener. z W: 1282 %; Ener. z T: 545.16 %; Ener. z Bł.: 183.69 %; K: 4022.75 mg;

W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa

Śniadanie: Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szyunka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,), Dżem 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Ryż na sypko 180 g , Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE,), Mus z jabłek prażonych 150 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,), Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ,), Dynia z wody 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2043.31 kcal; B: 62 g; T: 34.45 g; Kw. tł. nasy.: 17.42 g; W: 382.29 g; W tym cukry: 129.41 g; Bł.: 18.21 g; Sól: 7.02 g; WW: 36.44 Por; Ener. z B: 294.19 %; Ener. z W: 1166.52 %; Ener. z T: 257.18 %; Ener. z Bł.: 63.23 %; K: 2303.39 mg;

W-wa- PIM MSWiA S1 Niskobiałkowa/Ziemniaczana

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szyunka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g , Dżem 30 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-23

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA S1 Niskobiałkowa/Ziemniaczana

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Kluski śląskie* 300 g (JAJ, _), Cebula smażona B 50 g , Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Paluszki ziemniaczane 300 g (GLU PSZ, JAJ, _), Dynia z wody 80 g , Sałata zielona 20 g , Miód (25g) 1 szt , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2208.49 kcal; B: 38.71 g; T: 82.41 g; Kw. tł. nasy.: 23.49 g; W: 339.67 g; W tym cukry: 71.74 g; Bł.: 25.92 g; Sól: 3.28 g; WW: 31.57 Por; Ener. z B: 188.4 %; Ener. z W: 1007.92 %; Ener. z T: 346.43 %; Ener. z Bł.: 89.73 %; K: 4202.25 mg;

W-wa- PIM MSWiA S3 Niskofosforanowa

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE, _), Dżem 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Kluski śląskie* 300 g (JAJ, _), Cebula smażona B 50 g , Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Schab gotowany 50 g , Dynia z wody 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2171.02 kcal; B: 69.85 g; T: 58.06 g; Kw. tł. nasy.: 24.69 g; W: 352.14 g; W tym cukry: 88.81 g; Bł.: 22.61 g; Sól: 3.69 g; WW: 33.1 Por; Ener. z B: 293.25 %; Ener. z W: 986.68 %; Ener. z T: 344.22 %; Ener. z Bł.: 76.49 %; K: 3385.61 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 , Jabłko pieczone 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu, mleka) * 400 ml (SEL, _), Ryż na sypko 180 g , Schab gotowany 80 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 , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1769.62 kcal; B: 74.11 g; T: 44.1 g; Kw. tł. nasy.: 9.72 g; W: 274.3 g; W tym cukry: 59.56 g; Bł.: 15.82 g; Sól: 1.85 g; WW: 25.94 Por; Ener. z B: 315.7 %; Ener. z W: 927.39 %; Ener. z T: 337.47 %; Ener. z Bł.: 68.22 %; K: 2676.24 mg;

W-wa- PIM MSWiA S5 Płynna/Sonda

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

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

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

Wartości odżywcze: E: 1345.26 kcal; B: 59.51 g; T: 58.23 g; Kw. tł. nasy.: 30.55 g; W: 151.44 g; W tym cukry: 54.96 g; Bł.: 10.9 g; Sól: 1.38 g; WW: 14.02 Por; Ener. z B: 259.85 %; Ener. z W: 807.84 %; Ener. z T: 292.86 %; Ener. z Bł.: 40.89 %; K: 2745.08 mg;

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

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

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

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-23

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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

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

Wartości odżywcze: E: 1413.81 kcal; B: 69.11 g; T: 55.51 g; Kw. tł. nasy.: 8.75 g; W: 167.86 g; W tym cukry: 42.76 g; Bł.: 16.01 g; Sól: 1.38 g; WW: 15.07 Por; Ener. z B: 249.82 %; Ener. z W: 801.81 %; Ener. z T: 216.83 %; Ener. z Bł.: 64.98 %; K: 3179.75 mg;

W-wa- PIM MSWiA S7 Niskosodowa

Śniadanie: Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,), Chleb pszenno-żytni bez soli 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE,), Dżem 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami (bez soli) * 400 ml (MLE, SEL,), Ryż na sypko (bez soli) 180 g , Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE,), Mus z jabłek prażonych 150 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb pszenno-żytni bez soli 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Schab gotowany (bez soli) 50 g , Dynia z wody b/soli 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1994.56 kcal; B: 80.99 g; T: 39.64 g; Kw. tł. nasy.: 20.18 g; W: 334.66 g; W tym cukry: 131.93 g; Bł.: 12.12 g; Sól: 1.24 g; WW: 32.28 Por; Ener. z B: 352.17 %; Ener. z W: 1156.14 %; Ener. z T: 287.95 %; Ener. z Bł.: 58.62 %; K: 2652.11 mg;

W-wa- PIM MSWiA S8 Niskobiałkowa

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szyunka gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g , Dżem 30 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Ryż na sypko 180 g , Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE,), Mus z jabłek prażonych 150 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,), Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ,), Dynia z wody 80 g , Sałata zielona 20 g , Miód (25g) 1 szt , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1837.63 kcal; B: 48.63 g; T: 28.64 g; Kw. tł. nasy.: 14.16 g; W: 358.47 g; W tym cukry: 103.43 g; Bł.: 19.12 g; Sól: 5.98 g; WW: 33.98 Por; Ener. z B: 260.1 %; Ener. z W: 1205 %; Ener. z T: 232.92 %; Ener. z Bł.: 76.3 %; K: 2146.09 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,), Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE,), Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Ziemniaczana * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ryż na sypko 180 g , Sos jogurtowy naturalny 200 g (MLE,), 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,), Schab gotowany 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1557.57 kcal; B: 63.82 g; T: 35.5 g; Kw. tł. nasy.: 18.26 g; W: 253.63 g; W tym cukry: 47.73 g; Bł.: 17.05 g; Sól: 4.15 g; WW: 23.71 Por; Ener. z B: 249.54 %; Ener. z W: 775.14 %; Ener. z T: 267.94 %; Ener. z Bł.: 20.96 %; K: 2045.53 mg;

W-wa- PIM MSWiA Niskopurynowa

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-23

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Niskopurynowa

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

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Ryż na sypko 180 g , Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE,), Mus z jabłek prażonych 150 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,), Ser żółty 50 g (MLE,), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2043.22 kcal; B: 61.7 g; T: 51.4 g; Kw. tł. nasy.: 24.74 g; W: 345.51 g; W tym cukry: 92.16 g; Bł.: 17.71 g; Sól: 6.81 g; WW: 32.84 Por; Ener. z B: 250.76 %; Ener. z W: 1107.68 %; Ener. z T: 273.13 %; Ener. z Bł.: 77.51 %; K: 2098.66 mg;

W-wa- PIM MSWiA Położniczo-ciężowa

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,), Szyunka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,), Dżem 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

II ŚN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml , Słupki z marchewki 50 g ,

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Ryż na sypko 180 g , Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE,), Mus z jabłek prażonych 150 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

PD: Śliwka 150 g , Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,),

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ,), Dynia z wody 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2409.41 kcal; B: 72.54 g; T: 40.94 g; Kw. tł. nasy.: 19.29 g; W: 451.55 g; W tym cukry: 144.76 g; Bł.: 30.15 g; Sól: 8.93 g; WW: 42.12 Por; Ener. z B: 358.35 %; Ener. z W: 1499.77 %; Ener. z T: 342.71 %; Ener. z Bł.: 103.2 %; K: 2838.49 mg;

W-wa- PIM MSWiA Wegetariańska

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,), Hummus z ciecierzycy 80 g , Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ryż na sypko 180 g , Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE,), Mus z jabłek prażonych 150 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,), Ser żółty 50 g (MLE,), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2150.87 kcal; B: 67.19 g; T: 56.33 g; Kw. tł. nasy.: 26.96 g; W: 359.34 g; W tym cukry: 101.57 g; Bł.: 26.28 g; Sól: 7.83 g; WW: 33.39 Por; Ener. z B: 267.9 %; Ener. z W: 1149.27 %; Ener. z T: 298.29 %; Ener. z Bł.: 87.46 %; K: 2467.79 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: 2023-10-23

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu, mleka) * 400 ml (SEL), Ryż na sypko 180 g , Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE), Mus z jabłek prażonych 150 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

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

Wartości odżywcze: E: 1915.08 kcal; B: 60.24 g; T: 40.73 g; Kw. tł. nasy.: 16.92 g; W: 332.7 g; W tym cukry: 127.3 g; Bł.: 12.12 g; Sól: 1.98 g; WW: 32.06 Por; Ener. z B: 277.47 %; Ener. z W: 1091.75 %; Ener. z T: 251.04 %; Ener. z Bł.: 58.62 %; K: 2641.79 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 , Hummus z ciecierzycy 80 g , Dżem 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu, mleka) * 400 ml (SEL), Ryż na sypko 180 g , Pulpet drobiowy (bez glutenu) 80 g (JAJ), Sos majerankowy * (bez glutenu) 80 ml (SEL), Szpinak gotowany z olejem* 130 g (GLU PSZ), 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 , Dynia z wody 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1946.78 kcal; B: 61.61 g; T: 54.86 g; Kw. tł. nasy.: 9.16 g; W: 301.5 g; W tym cukry: 73.27 g; Bł.: 13.53 g; Sól: 2.11 g; WW: 28.84 Por; Ener. z B: 249.9 %; Ener. z W: 1037.59 %; Ener. z T: 347.51 %; Ener. z Bł.: 70.44 %; K: 2366.08 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezmleczna

Śniadanie: Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g , Szyńka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ), Dżem 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL), Ryż na sypko 180 g , Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ), Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL), Szpinak gotowany z olejem* 130 g (GLU PSZ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g , Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ), Dynia z wody 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1966.05 kcal; B: 67.4 g; T: 37.84 g; Kw. tł. nasy.: 8.16 g; W: 347.27 g; W tym cukry: 75.37 g; Bł.: 19.81 g; Sól: 7.19 g; WW: 32.81 Por; Ener. z B: 341.3 %; Ener. z W: 1115.44 %; Ener. z T: 330.95 %; Ener. z Bł.: 73.63 %; K: 2146.19 mg;

W-wa- PIM MSWiA Rozdrobniona/Mielona

Śniadanie: Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), mielona Szyńka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE), Dżem 80 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL), Mięso drobiowe mielone w sosie wł 80 g (GLU PSZ), Ziemniaki puree 180 g (MLE), Szpinak gotowany z olejem* 130 g (GLU PSZ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), mielona Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ), Dynia z wody 80 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2050.65 kcal; B: 76.41 g; T: 46.56 g; Kw. tł. nasy.: 18.12 g; W: 338.71 g; W tym cukry: 88.69 g; Bł.: 18.56 g; Sól: 7.01 g; WW: 32.1 Por; Ener. z B: 264.64 %; Ener. z W: 971.35 %; Ener. z T: 346.27 %; Ener. z Bł.: 35.14 %; K: 3471.22 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-23

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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

Śniadanie: Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (MLE,), Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Szyńka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,), Papryka świeża 40 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,

II ŚN: Śliwka 150 g ,

Obiad: Barszcz ukraiński z ziemniakami* 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ryż na sypko 100 g , Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE,), Mus z jabłek prażonych 150 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml ,

PD: Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt ,

Kolacja: 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 30 g (MLE,), Ogórek kiszony 40 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1308.21 kcal; B: 46.46 g; T: 30.45 g; Kw. tł. nasy.: 16.71 g; W: 221.45 g; W tym cukry: 114.31 g; Bł.: 11.9 g; Sól: 3.86 g; WW: 20.98 Por; Ener. z B: 258.45 %; Ener. z W: 1086.93 %; Ener. z T: 231.45 %; Ener. z Bł.: 84.52 %; K: 1904.19 mg;

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

Śniadanie: Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE,), Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szyńka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,), Papryka świeża 50 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

II ŚN: Śliwka 150 g ,

Obiad: Barszcz ukraiński z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ryż na sypko 120 g , Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE,), Mus z jabłek prażonych 150 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

PD: Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt ,

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Ser żółty 40 g (MLE,), Ogórek kiszony 50 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1489.7 kcal; B: 48.28 g; T: 40.76 g; Kw. tł. nasy.: 23.26 g; W: 243.02 g; W tym cukry: 126.57 g; Bł.: 13.78 g; Sól: 4.4 g; WW: 22.95 Por; Ener. z B: 264.68 %; Ener. z W: 1186.19 %; Ener. z T: 287.47 %; Ener. z Bł.: 80.39 %; K: 2076.22 mg;

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

Śniadanie: Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szyńka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

II ŚN: Śliwka 150 g ,

Obiad: Barszcz ukraiński z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ryż na sypko 180 g , Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE,), Mus z jabłek prażonych 150 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

PD: Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt ,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Ser żółty 50 g (MLE,), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1815.56 kcal; B: 60.57 g; T: 47.77 g; Kw. tł. nasy.: 26.66 g; W: 297.79 g; W tym cukry: 132.3 g; Bł.: 16.88 g; Sól: 6.24 g; WW: 28.15 Por; Ener. z B: 314.7 %; Ener. z W: 1303.12 %; Ener. z T: 330.03 %; Ener. z Bł.: 90.83 %; K: 2338.46 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-23

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Transplantologia

Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,), Jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

II ŚN: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g , Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml ,

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Ryż na sypko 180 g , Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL,), Szpinak gotowany z olejem* 130 g (GLU PSZ,), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

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

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ,), Dynia z wody 80 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2206.91 kcal; B: 81.02 g; T: 44.93 g; Kw. tł. nasy.: 18.02 g; W: 377.19 g; W tym cukry: 58.19 g; Bł.: 27.31 g; Sól: 10.73 g; WW: 35.01 Por; Ener. z B: 338.92 %; Ener. z W: 980.68 %; Ener. z T: 357.38 %; Ener. z Bł.: 60.42 %; K: 2560.73 mg;

W-wa- PIM MSWiA Specjalna

Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,), Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

II ŚN: Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Słupki z marchewki 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

Obiad: Barszcz ukraiński z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Schab gotowany 160 g , Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL,), Ziemniaki 140 g , Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 130 g , Szpinak gotowany z olejem* 60 g (GLU PSZ,), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml , Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),

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

Kolacja: Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 100 g (SOJ,), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml , Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),

Wartości odżywcze: E: 2118.74 kcal; B: 141.23 g; T: 58.34 g; Kw. tł. nasy.: 26.05 g; W: 272.98 g; W tym cukry: 51.67 g; Bł.: 38.95 g; Sól: 12.29 g; WW: 23.43 Por; Ener. z B: 773.17 %; Ener. z W: 1089.91 %; Ener. z T: 615.56 %; Ener. z Bł.: 145.82 %; K: 5271.64 mg;

W-wa- PIM MSWiA Cukrzyca oszczędzająca

Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

II ŚN: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g , Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml ,

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Ryż na sypko 180 g , Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL,), Szpinak gotowany z olejem* 130 g (GLU PSZ,), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-23

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Cukrzyca oszczędzająca

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

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ,), Dynia z wody 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml,

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

Wartości odżywcze: E: 2364.52 kcal; B: 90.51 g; T: 51.28 g; Kw. tł. nasy.: 20.92 g; W: 392.59 g; W tym cukry: 46.68 g; Bł.: 27.91 g; Sól: 12.16 g; WW: 36.54 Por; Ener. z B: 480.89 %; Ener. z W: 1096.62 %; Ener. z T: 438.99 %; Ener. z Bł.: 111.98 %; K: 2686.7 mg;