

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2024-01-05

Oddział: W-WA - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa

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), Twarożek 100 g (MLE), Mandarynka 150 g (.), Sałata zielona 20 g (.), Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml (.),

Obiad: Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL), Ryba smażona (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB), Ziemniaki 180 g (.), Surówka z kapusty kiszzonej 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), Pasta z jaj 100 g (JAJ, MLE), Papryka świeża 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 wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ), Sałata zielona 10 g (.),

Wartości odżywcze: E: 2406.02 kcal; B: 103.34 g; T: 74.82 g; Kw. tł. nasy.: 27.07 g; W: 343.15 g; W tym cukry: 73.5 g; Bł.: 31.47 g; Sól: 8.45 g; WW: 31.19 Por; Ener. z B: 17.18 %; Ener. z W: 51.82 %; Ener. z T: 27.99 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 3153.43 mg;

W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna

Śniadanie: Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Jabłko pieczone 150 g (.), Sałata zielona 20 g (.), Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml (.),

Obiad: Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL), Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB), Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL), Ziemniaki 180 g (.), Warzywa po grecku* 130 g (GLU PSZ, SEL), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml (.),

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Pasta z jaj 100 g (JAJ, MLE), Pomidor 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 wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ), Sałata zielona 10 g (.),

Wartości odżywcze: E: 2291.52 kcal; B: 102.09 g; T: 57.87 g; Kw. tł. nasy.: 25.64 g; W: 351.43 g; W tym cukry: 77.87 g; Bł.: 24.07 g; Sól: 7.24 g; WW: 32.74 Por; Ener. z B: 17.82 %; Ener. z W: 57.14 %; Ener. z T: 22.73 %; Ener. z Bł.: 2.1 %; K: 3024.8 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 jaglana na mleku 300 ml (MLE), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Jabłko pieczone 150 g (.), Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml (.),

Obiad: Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL), Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB), Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL), Warzywa po grecku* 130 g (GLU PSZ, SEL), Ziemniaki 180 g (.), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml (.),

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), pasta z wędliny drobiowej 50 g (SOJ), Pomidor b/skórki 80 g (.), Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml (.),

PN: 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 (.),

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2024-01-05

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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

Wartości odżywcze: E: 2183.36 kcal; B: 95.74 g; T: 47.45 g; Kw. tł. nasy.: 21.91 g; W: 353.31 g; W tym cukry: 78.47 g; Bł.: 21.02 g; Sól: 6.94 g; WW: 33.32 Por; Ener. z B: 17.54 %; Ener. z W: 60.88 %; Ener. z T: 19.56 %; Ener. z Bł.: 1.93 %; K: 2928.94 mg;

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

Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE), Chleb razowy żytnio-pszeny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Pomidor 80 g (.), Sałata zielona 20 g (.), Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml (.),

II ŚN: Chleb razowy żytnio-pszeny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), Ogórek kiszony 50 g (.), Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml (.),

Obiad: Kalafiorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL), Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB), Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL), Ziemniaki 180 g (.), Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 130 g (.), Warzywa po grecku* 60 g (GLU PSZ, SEL), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml (.),

PD: Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ), Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE),

Kolacja: Chleb razowy żytnio-pszeny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Pasta z jaj 100 g (JAJ, MLE), Papryka świeża 80 g (.), Sałata zielona 20 g (.), Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml (.),

PN: Chleb razowy żytnio-pszeny 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 (.),

Wartości odżywcze: E: 2085.94 kcal; B: 105.81 g; T: 65.16 g; Kw. tł. nasy.: 24.76 g; W: 288.66 g; W tym cukry: 32.12 g; Bł.: 42.85 g; Sól: 9.55 g; WW: 24.59 Por; Ener. z B: 20.29 %; Ener. z W: 47.14 %; Ener. z T: 28.11 %; Ener. z Bł.: 4.11 %; K: 3985.91 mg;

W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa

Śniadanie: Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Jabłko pieczone 150 g (.), Sałata zielona 20 g (.), Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml (.),

Obiad: Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL), Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB), Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL), Warzywa po grecku* 130 g (GLU PSZ, SEL), Ziemniaki 180 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), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ), Pomidor b/skórki 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 wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ), Sałata zielona 10 g (.),

Wartości odżywcze: E: 2162 kcal; B: 92.3 g; T: 47.25 g; Kw. tł. nasy.: 21.98 g; W: 352.77 g; W tym cukry: 77.21 g; Bł.: 24.03 g; Sól: 7.91 g; WW: 32.97 Por; Ener. z B: 17.08 %; Ener. z W: 60.82 %; Ener. z T: 19.67 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 2833.3 mg;

W-wa- PIM MSWiA S1 Niskobiałkowa/Ziemniaczana

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Twarożek 50 g (MLE), Jabłko pieczone 150 g (.), Sałata zielona 20 g (.), Pomidor 80 g (.), Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml (.),

Obiad: Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL), Pierogi z truskawkami * 300 g (GLU PSZ), Mus z jabłek (.) z/c 150 g (.), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml (.),

Kolacja: Paluszki ziemniaczane 300 g (GLU PSZ, JAJ), Pomidor 80 g (.), Sałata zielona 20 g (.), Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml (.),

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2024-01-05

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA S1 Niskobiałkowa/Ziemniaczana

PN: 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 (.),

Wartości odżywcze: E: 2161.98 kcal; B: 52.21 g; T: 64.25 g; Kw. tł. nasy.: 15.15 g; W: 348.53 g; W tym cukry: 84.83 g; Bł.: 26.37 g; Sól: 2.37 g; WW: 32.17 Por; Ener. z B: 9.66 %; Ener. z W: 59.6 %; Ener. z T: 26.75 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 2899.2 mg;

W-wa- PIM MSWiA S3 Niskofosforanowa

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Filet z kurczaka gotowany 40 g (.), Dżem 80 g (.), Sałata zielona 20 g (.), Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml (.),

Obiad: Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL), Pierogi z truskawkami * 300 g (GLU PSZ), Mus z jabłek (.) z/c 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), Schab gotowany 50 g (.), Pomidor 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), Schab gotowany 30 g (.), Sałata zielona 10 g (.),

Wartości odżywcze: E: 2370.31 kcal; B: 84.43 g; T: 44.91 g; Kw. tł. nasy.: 18.79 g; W: 410.44 g; W tym cukry: 94.96 g; Bł.: 23.89 g; Sól: 4.91 g; WW: 38.56 Por; Ener. z B: 14.25 %; Ener. z W: 65.23 %; Ener. z T: 17.05 %; Ener. z Bł.: 2.02 %; K: 1671.26 mg;

W-wa- PIM MSWiA S4 Alergiczna

Śniadanie: 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 (.), Kasza jaglana na wodzie 300 ml (.),

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

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

PN: Chleb bezglutenowy 50 g (.), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g (.), Schab gotowany 30 g (.), Sałata zielona 10 g (.),

Wartości odżywcze: E: 1876.54 kcal; B: 82.46 g; T: 47.94 g; Kw. tł. nasy.: 10.48 g; W: 283.74 g; W tym cukry: 55.79 g; Bł.: 15.86 g; Sól: 2.34 g; WW: 26.86 Por; Ener. z B: 17.58 %; Ener. z W: 57.1 %; Ener. z T: 22.99 %; Ener. z Bł.: 1.69 %; K: 3055.22 mg;

W-wa- PIM MSWiA S5 Płynna/Sonda

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

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

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

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

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

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;

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2024-01-05

Oddział: W-W M - PIM MSWiA

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

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

II ŚN: sonda śn b/ml 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.),

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

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

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

PN: 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 jaglana na mleku 300 ml (MLE.), Chleb pszenno-żytni bez soli 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło extra 82% 10 g (MLE.), Schab gotowany (bez soli) 40 g (.), Jabłko pieczone 150 g (.), Sałata zielona 20 g (.), Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml (.),

Obiad: Ryżowa (bez soli)* 400 ml (MLE, SEL.), Ryba pieczona (Miruna) b/soli 80 g (RYB.), Sos majerankowy * (bez soli) 80 ml (GLU PSZ, SEL.), Ziemniaki (bez soli) 180 g (.), Warzywa po grecku* (bez soli) 130 g (GLU PSZ, SEL.), 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.), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.), Pomidor 80 g (.), Sałata zielona 20 g (.), Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml (.),

PN: Chleb pszenno-żytni bez soli 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło extra 82% 5 g (MLE.), Schab gotowany (bez soli) 30 g (.), Sałata zielona 10 g (.),

Wartości odżywcze: E: 2040.22 kcal; B: 100.8 g; T: 55.28 g; Kw. tł. nasy.: 23.22 g; W: 290.4 g; W tym cukry: 73.21 g; Bł.: 16.42 g; Sól: 1.61 g; WW: 27.36 Por; Ener. z B: 19.76 %; Ener. z W: 53.72 %; Ener. z T: 24.39 %; Ener. z Bł.: 1.61 %; K: 3118.21 mg;

W-wa- PIM MSWiA S8 Niskobiałkowa

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Masło extra 82% 10 g (MLE.), Twarożek 50 g (MLE.), Mandarynka 150 g (.), Sałata zielona 20 g (.), Jabłko pieczone 150 g (.), Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml (.),

Obiad: Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL.), Ryba pieczona (Miruna) 70 g (RYB.), Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.), Warzywa po grecku* 130 g (GLU PSZ, SEL.), Ziemniaki 180 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.), Pasta z jaj 50 g (JAJ, MLE.), Miód (25g) 1 szt (.), Pomidor 80 g (.), Sałata zielona 20 g (.), Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml (.),

PN: 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 (.),

Wartości odżywcze: E: 2017.73 kcal; B: 72.7 g; T: 43.69 g; Kw. tł. nasy.: 19.29 g; W: 345.56 g; W tym cukry: 77.67 g; Bł.: 25.55 g; Sól: 6.29 g; WW: 31.99 Por; Ener. z B: 14.41 %; Ener. z W: 63.44 %; Ener. z T: 19.49 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 2761.58 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.), Twarożek 100 g (MLE.), Jabłko pieczone 150 g (.), Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml (.),

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2024-01-05

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Aspirynowa

Obiad: Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL), Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB), Ziemniaki 180 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), Pasta z jaj 100 g (JAJ, MLE), 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 wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ),

Wartości odżywcze: E: 1831.79 kcal; B: 80.52 g; T: 51.29 g; Kw. tł. nasy.: 22.28 g; W: 273.62 g; W tym cukry: 60.25 g; Bł.: 25.86 g; Sól: 6.72 g; WW: 24.83 Por; Ener. z B: 17.58 %; Ener. z W: 54.1 %; Ener. z T: 25.2 %; Ener. z Bł.: 2.82 %; K: 2238.17 mg;

W-wa- PIM MSWiA Niskopurynowa

Śniadanie: Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Mandarynka 150 g (.), Sałata zielona 20 g (.), Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml (.),

Obiad: Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL), Pierogi z truskawkami * 300 g (GLU PSZ), Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE), 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), Pasta z jaj 100 g (JAJ, MLE), Papryka świeża 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), Tofu 50 g (SOJ), Sałata zielona 10 g (.),

Wartości odżywcze: E: 2597.43 kcal; B: 97.01 g; T: 66.14 g; Kw. tł. nasy.: 26.74 g; W: 406.03 g; W tym cukry: 93.5 g; Bł.: 23.49 g; Sól: 5.5 g; WW: 38.17 Por; Ener. z B: 14.94 %; Ener. z W: 58.91 %; Ener. z T: 22.92 %; Ener. z Bł.: 1.81 %; K: 2078.07 mg;

W-wa- PIM MSWiA Położniczo-ciężowa

Śniadanie: Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE), Chleb pełnoziarnisty 100 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Mandarynka 150 g (.), Sałata 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 wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), Ogórek kiszony 50 g (.), Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml (.),

Obiad: Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL), Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB), Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL), Warzywa po grecku* 130 g (GLU PSZ, SEL), Ziemniaki 180 g (.), Marchew gotowana z olejem* 130 g (.), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml (.),

PD: Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml (.), 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), Pasta z jaj 100 g (JAJ, MLE), Pomidor 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 wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ), Sałata zielona 10 g (.),

Wartości odżywcze: E: 2708.86 kcal; B: 116.5 g; T: 70.8 g; Kw. tł. nasy.: 26.46 g; W: 417.97 g; W tym cukry: 112.62 g; Bł.: 30.12 g; Sól: 10.26 g; WW: 38.81 Por; Ener. z B: 17.2 %; Ener. z W: 57.27 %; Ener. z T: 23.52 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 3647 mg;

W-wa- PIM MSWiA Wegetariańska

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2024-01-05

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Wegetariańska

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), Twarożek 100 g (MLE), Mandarynka 150 g (.), Sałata zielona 20 g (.), Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml (.),

Obiad: Kalafiorowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Pierogi z truskawkami * 300 g (GLU PSZ), Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE), 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), Pasta z jaj 100 g (JAJ, MLE), Papryka świeża 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), Tofu 50 g (SOJ), Sałata zielona 10 g (.),

Wartości odżywcze: E: 2577.76 kcal; B: 94.82 g; T: 67.42 g; Kw. tł. nasy.: 26.89 g; W: 404.47 g; W tym cukry: 94.56 g; Bł.: 32.2 g; Sól: 6.13 g; WW: 37.14 Por; Ener. z B: 14.71 %; Ener. z W: 57.77 %; Ener. z T: 23.54 %; Ener. z Bł.: 2.5 %; K: 2762.92 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa

Śniadanie: Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE), Chleb bezglutenowy 100 g (.), Masło extra 82% 10 g (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Jabłko pieczone 150 g (.), Sałata zielona 20 g (.), Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml (.),

Obiad: Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL), Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB), Sos majerankowy * (bez glutenu) 80 ml (SEL), Warzywa po grecku* (bez glutenu) 130 g (SEL), Ziemniaki 180 g (.), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml (.),

Kolacja: Chleb bezglutenowy 100 g (.), Masło extra 82% 10 g (MLE), Pasta z jaj 100 g (JAJ, MLE), Pomidor 80 g (.), Sałata zielona 20 g (.), Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml (.),

PN: Chleb bezglutenowy 50 g (.), Masło extra 82% 5 g (MLE), Schab gotowany 30 g (.), Sałata zielona 10 g (.),

Wartości odżywcze: E: 2123.83 kcal; B: 85.6 g; T: 65.34 g; Kw. tł. nasy.: 24.64 g; W: 302.41 g; W tym cukry: 75.91 g; Bł.: 16.25 g; Sól: 2.92 g; WW: 28.59 Por; Ener. z B: 16.12 %; Ener. z W: 53.9 %; Ener. z T: 27.69 %; Ener. z Bł.: 1.53 %; K: 3025.45 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa bezmleczna

Śniadanie: Kasza jaglana na wodzie 300 ml (.), Chleb bezglutenowy 100 g (.), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.), Schab gotowany 40 g (.), Jabłko pieczone 150 g (.), Sałata zielona 20 g (.), Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml (.),

Obiad: Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL), Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB), Sos majerankowy * (bez glutenu) 80 ml (SEL), Warzywa po grecku* (bez glutenu) 130 g (SEL), Ziemniaki 180 g (.), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml (.),

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

PN: Chleb bezglutenowy 50 g (.), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g (.), Schab gotowany 30 g (.), Sałata zielona 10 g (.),

Wartości odżywcze: E: 1939.05 kcal; B: 72.53 g; T: 56.28 g; Kw. tł. nasy.: 11.5 g; W: 290.33 g; W tym cukry: 59.3 g; Bł.: 16.49 g; Sól: 2.68 g; WW: 27.31 Por; Ener. z B: 14.96 %; Ener. z W: 56.49 %; Ener. z T: 26.12 %; Ener. z Bł.: 1.7 %; K: 2746.61 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezmleczna

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

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2024-01-05

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Bezmleczna

Obiad: Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL_i), Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB_i), Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL_i), Warzywa po grecku* 130 g (GLU PSZ, SEL_i), Ziemniaki 180 g (.), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml (.),

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_i), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ_i), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ_i), Pomidor 90 g (.), Sałata zielona 20 g (.), Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml (.),

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_i), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g (.), Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ_i), Sałata zielona 10 g (.),

Wartości odżywcze: E: 2063.08 kcal; B: 80.34 g; T: 47.35 g; Kw. tł. nasy.: 11.47 g; W: 341.42 g; W tym cukry: 61.26 g; Bł.: 24.31 g; Sól: 7.9 g; WW: 31.67 Por; Ener. z B: 15.58 %; Ener. z W: 61.48 %; Ener. z T: 20.65 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 2510.16 mg;

W-wa- PIM MSWiA Rozdrobniona/Mielona

Śniadanie: Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE_i), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ_i), Masło extra 82% 10 g (MLE_i), Twarożek 100 g (MLE_i), Jabłko pieczone 150 g (.), Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml (.),

Obiad: Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL_i), Pulpet rybny (Miruna) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB_i), Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL_i), Warzywa po grecku* 130 g (GLU PSZ, SEL_i), Ziemniaki puree 180 g (MLE_i), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml (.),

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ_i), Masło extra 82% 10 g (MLE_i), Pasta z jaj 100 g (JAJ, MLE_i), Jabłko pieczone 150 g (.), Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml (.),

PN: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ_i), Masło extra 82% 5 g (MLE_i), mielona Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ_i),

Wartości odżywcze: E: 2409.93 kcal; B: 103.78 g; T: 58.49 g; Kw. tł. nasy.: 25.86 g; W: 377.98 g; W tym cukry: 91.58 g; Bł.: 23.19 g; Sól: 6.4 g; WW: 35.45 Por; Ener. z B: 17.23 %; Ener. z W: 58.89 %; Ener. z T: 21.84 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 3097.8 mg;

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

Śniadanie: Kasza jaglana na mleku 150 ml (MLE_i), Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ_i), Masło extra 82% 5 g (MLE_i), Twarożek 50 g (MLE_i), Pomidor 40 g (.), Sałata zielona 20 g (.), Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml (.),

II ŚN: Mandarynka 150 g (.),

Obiad: Kalafiorowa z ryżem * 200 ml (MLE, SEL_i), Ryba pieczona (Miruna) 60 g (RYB_i), Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL_i), Ziemniaki 100 g (.), Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL_i), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml (.),

PD: Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml (.),

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ_i), Masło extra 82% 5 g (MLE_i), Pasta z jaj 50 g (JAJ, MLE_i), Papryka świeża 40 g (.), Sałata zielona 20 g (.), Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml (.), Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE_i),

PN: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ_i), Masło extra 82% 5 g (MLE_i), Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ_i), Sałata zielona 10 g (.),

Wartości odżywcze: E: 1423.05 kcal; B: 63.98 g; T: 36.97 g; Kw. tł. nasy.: 16.24 g; W: 215.8 g; W tym cukry: 90.57 g; Bł.: 15.05 g; Sól: 3.36 g; WW: 20.09 Por; Ener. z B: 17.98 %; Ener. z W: 56.43 %; Ener. z T: 23.38 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 2301.64 mg;

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

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2024-01-05

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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

Śniadanie: Kasza jaglana na mleku 200 ml (MLE), Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Twarożek 50 g (MLE), Pomidor 40 g (.), Sałata zielona 20 g (.), Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml (.),

II ŚN: Mandarynka 150 g (.),

Obiad: Kalafiorowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL), Ryba pieczona (Miruna) 60 g (RYB), Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL), Ziemniaki 120 g (.), Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml (.),

PD: Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml (.),

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Pasta z jaj 50 g (JAJ, MLE), Papryka świeża 40 g (.), Sałata zielona 20 g (.), Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml (.),

PN: 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 (.),

Wartości odżywcze: E: 1498.66 kcal; B: 61.99 g; T: 43.94 g; Kw. tł. nasy.: 20.78 g; W: 221.59 g; W tym cukry: 92.57 g; Bł.: 15.98 g; Sól: 3.47 g; WW: 20.57 Por; Ener. z B: 16.54 %; Ener. z W: 54.88 %; Ener. z T: 26.39 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 2350.04 mg;

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

Śniadanie: Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Pomidor 80 g (.), Sałata zielona 20 g (.), Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml (.),

II ŚN: Mandarynka 150 g (.),

Obiad: Kalafiorowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL), Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB), Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL), Ziemniaki 140 g (.), Warzywa po grecku* 130 g (GLU PSZ, SEL), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml (.),

PD: Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml (.),

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Pasta z jaj 100 g (JAJ, MLE), Papryka świeża 80 g (.), Sałata zielona 20 g (.), Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml (.),

PN: 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 (.),

Wartości odżywcze: E: 1913.33 kcal; B: 90.97 g; T: 56.53 g; Kw. tł. nasy.: 25.28 g; W: 269.71 g; W tym cukry: 104 g; Bł.: 20.18 g; Sól: 4.68 g; WW: 24.96 Por; Ener. z B: 19.02 %; Ener. z W: 52.17 %; Ener. z T: 26.59 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 3089.01 mg;

W-wa- PIM MSWiA Transplantologia

Śniadanie: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Mus z jabłek () b/c 80 g (.), Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml (.), Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE),

II ŚN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), Jabłko pieczone 150 g (.), Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml (.),

Obiad: Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL), Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB), Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL), Warzywa po grecku* 130 g (GLU PSZ, SEL), Ziemniaki 180 g (.), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml (.),

PD: Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml (.), Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE),

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2024-01-05

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Transplantologia

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szyńka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ,), Dynia z wody 80 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,), Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ,),

Wartości odżywcze: E: 2143.35 kcal; B: 92.36 g; T: 48.23 g; Kw. tł. nasy.: 21.1 g; W: 346.26 g; W tym cukry: 56.23 g; Bł.: 27.75 g; Sól: 10.14 g; WW: 31.81 Por; Ener. z B: 17.24 %; Ener. z W: 59.44 %; Ener. z T: 20.25 %; Ener. z Bł.: 2.59 %; K: 2670.94 mg;

W-wa- PIM MSWiA Specjalna

Śniadanie: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Twarożek 100 g (MLE,), Mus z jabłek (.) b/c 80 g (.), Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml (.), Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),

II ŚN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,), Jabłko pieczone 150 g (.), Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml (.),

Obiad: Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL,), Filet z kurczaka gotowany 80 g (.), Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL,), Warzywa po grecku* 130 g (GLU PSZ, SEL,), Ziemniaki 180 g (.), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml (.),

PD: Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml (.), 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,), Szyńka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ,), Dynia z wody 80 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,), Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ,),

Wartości odżywcze: E: 2134.67 kcal; B: 97.68 g; T: 45.02 g; Kw. tł. nasy.: 21.17 g; W: 346.26 g; W tym cukry: 56.23 g; Bł.: 27.75 g; Sól: 9.9 g; WW: 31.81 Por; Ener. z B: 18.3 %; Ener. z W: 59.68 %; Ener. z T: 18.98 %; Ener. z Bł.: 2.6 %; K: 3110.94 mg;

W-wa- PIM MSWiA Cukrzyca oszczędzająca

Śniadanie: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Twarożek 100 g (MLE,), Mus z jabłek (.) b/c 80 g (.), Sałata zielona 20 g (.), Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml (.), Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),

II ŚN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,), Jabłko pieczone 150 g (.), Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml (.),

Obiad: Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL,), Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB,), Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL,), Warzywa po grecku* 130 g (GLU PSZ, SEL,), Ziemniaki 180 g (.), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml (.),

PD: Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml (.), 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,), Szyńka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ,), Dynia z wody 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,), Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ,), Sałata zielona 10 g (.),

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2024-01-05

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Cukrzyca oszczędzająca

Wartości odżywcze: E: 2140.65 kcal; B: 93.41 g; T: 48.55 g; Kw. tł. nasy.: 21.13 g; W: 345.66 g; W tym cukry: 57.7 g; Bł.: 31.25 g; Sól: 9.91 g; WW: 31.43 Por; Ener. z B: 17.45 %; Ener. z W: 58.75 %; Ener. z T: 20.41 %; Ener. z Bł.: 2.92 %; K: 2900.89 mg;