

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2024-03-13

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa

Śniadanie: Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,), Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE,), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Kapuśniak z kapusty kiszanej* 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR,), Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ,), Surówka z marchwi 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,), Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL,), Ogórek kiszony 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,), Szyunka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW,), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2321.01 kcal; Białko ogółem: 92.54 g; Tłuszcz: 58.99 g; Kw. tł. nasy.: 24.75 g; Węglowodany ogółem: 371.77 g; W tym cukry: 65.26 g; Błonnik pok.: 36.19 g; Sól: 9.95 g; WW: 33.63 Por; : 473.58 %; : 1253.1 %; Ener. z T: 422.24 %; Ener. z Bł.: 122.65 %; K: 3197.82 mg;

W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna

Śniadanie: Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE,), Dżem 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ,), Cukinia gotowana z pomidorami* 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,), Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL,), Galaretko o smaku truskawkowym z owocami 200 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

PN: Masło extra 82% 5 g (MLE,), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Szyunka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW,), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2542.58 kcal; Białko ogółem: 94.26 g; Tłuszcz: 51.87 g; Kw. tł. nasy.: 22.95 g; Węglowodany ogółem: 435.66 g; W tym cukry: 86.83 g; Błonnik pok.: 26.66 g; Sól: 8.16 g; WW: 40.98 Por; : 410.42 %; : 1210.58 %; Ener. z T: 376.74 %; Ener. z Bł.: 80.14 %; K: 2727.82 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: Wartość energetyczna: 1031.85 kcal; Białko ogółem: 25.71 g; Tłuszcz: 8.04 g; Kw. tł. nasy.: .3 g; Węglowodany ogółem: 215.07 g; W tym cukry: .39 g; Błonnik pok.: 4.68 g; Sól: .44 g; WW: 21.15 Por; : 41.11 %; : 353.75 %; Ener. z T: 27.01 %; Ener. z Bł.: 4.17 %; K: 274.05 mg;

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

Śniadanie: Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE,), Dżem 80 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (GLU PSZ, JAJ,), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ,), Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL,), Cukinia gotowana z pomidorami* 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2024-03-13

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 Szyńka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 50 g (**GLU PSZ, SOJ, MLE.**), Galaretka o smaku truskawkowym z owocami 200 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Bułka pszenna długa krojona 50 g (**GLU PSZ.**), Masło extra 82% 5 g (**MLE.**), Szyńka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (**SOJ, MLE, GLU OW.**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2514.75 kcal; Białko ogółem: 97.21 g; Tłuszcz: 54.1 g; Kw. tł. nasy.: 23.52 g; Węglowodany ogółem: 417.91 g; W tym cukry: 86.51 g; Błonnik pok.: 19.72 g; Sól: 7.62 g; WW: 39.91 Por; : 329.99 %; : 1045.26 %; Ener. z T: 389.84 %; Ener. z Bł.: 27.12 %; K: 2669.67 mg;

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

Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (**MLE.**), Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (**GLU PSZ, GLU ŻYT.**), Masło extra 82% 10 g (**MLE.**), Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (**MLE.**), Pomidor 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.**), Szyńka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (**SOJ.**), Papryka świeża 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

Obiad: Kapuśniak z kapusty kiszanej * 400 ml (**GLU PSZ, SEL, GOR.**), Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (**GLU PSZ, JAJ.**), Sos jarzynowy * 80 ml (**GLU PSZ, SEL.**), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (**GLU JĘCZ.**), Cukinia gotowana z pomidorami* 60 g , Surówka z marchwi z olejem b/c 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

PD: Maślanka 150 ml (**MLE.**), Mandarynka 150 g ,

Kolacja: Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (**GLU PSZ, GLU ŻYT.**), Masło extra 82% 10 g (**MLE.**), Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (**RYB, SEL.**), 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.**), Szyńka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (**SOJ, MLE, GLU OW.**), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2227.45 kcal; Białko ogółem: 101.3 g; Tłuszcz: 61.36 g; Kw. tł. nasy.: 24.08 g; Węglowodany ogółem: 341.8 g; W tym cukry: 56.98 g; Błonnik pok.: 49.93 g; Sól: 10.34 g; WW: 29.28 Por; : 620.27 %; : 1330.06 %; Ener. z T: 526.11 %; Ener. z Bł.: 177.25 %; K: 4464.82 mg;

W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa

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

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (**GLU PSZ, SEL.**), Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (**GLU PSZ, JAJ.**), Sos jarzynowy * 80 ml (**GLU PSZ, SEL.**), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (**GLU JĘCZ.**), Cukinia gotowana z pomidorami* 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.**), Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (**RYB, SEL.**), Galaretka o smaku truskawkowym z owocami 200 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.**), Szyńka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (**SOJ, MLE, GLU OW.**), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2562.58 kcal; Białko ogółem: 97.06 g; Tłuszcz: 52.07 g; Kw. tł. nasy.: 22.92 g; Węglowodany ogółem: 437.06 g; W tym cukry: 88.03 g; Błonnik pok.: 25.16 g; Sól: 7.51 g; WW: 41.28 Por; : 415.38 %; : 1222.59 %; Ener. z T: 377.82 %; Ener. z Bł.: 79.29 %; K: 2839.82 mg;

W-wa- PIM MSWiA S1 Niskobiałkowa/Ziemniaczana

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2024-03-13

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA S1 Niskobiałkowa/Ziemniaczana

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.), Masło extra 82% 10 g (MLE.), Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE.), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Dżem 30 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Kopytka ziemniaczane * 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.), Surówka z marchwi 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.), Sałatka ziemniaczana - dieta 150 g (MLE.), Galaretka o smaku truskawkowym z owocami 200 g, Sałata zielona 20 g, Miód (25g) 1 szt, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

PN: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.), Masło extra 82% 5 g (MLE.), Szyunka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW.), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2067.9 kcal; Białko ogółem: 50.95 g; Tłuszcz: 44.29 g; Kw. tł. nasy.: 20.75 g; Węglowodany ogółem: 371.68 g; W tym cukry: 60.08 g; Błonnik pok.: 17.51 g; Sól: 3.53 g; WW: 35.53 Por; : 299.06 %; : 1299.55 %; Ener. z T: 340.07 %; Ener. z Bł.: 95.02 %; K: 2599.45 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 z ziołami 80 g (MLE.), Dżem 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Filet z kurczaka gotowany 80 g, Ryż na sypko 180 g, Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.), Cukinia gotowana z pomidorami* 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.), Schab gotowany plastry 50 g, Galaretka o smaku truskawkowym z owocami 200 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.), Filet z kurczaka gotowany 30 g, Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2282.17 kcal; Białko ogółem: 102.18 g; Tłuszcz: 44.04 g; Kw. tł. nasy.: 19.32 g; Węglowodany ogółem: 377.03 g; W tym cukry: 72.21 g; Błonnik pok.: 18.15 g; Sól: 5.91 g; WW: 35.96 Por; : 429.71 %; : 1022.09 %; Ener. z T: 343.46 %; Ener. z Bł.: 68.1 %; K: 2641.12 mg;

W-wa- PIM MSWiA S4 Alergiczna

Śniadanie: Ryż 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: Ziemniaczana *(bez glutenu, mleka) 400 ml (SEL.), Filet z kurczaka gotowany 80 g, Sos jarzynowy (bez glutenu, mleka) 80 ml (SEL.), Ryż na sypko 180 g, Cukinia gotowana z pomidorami* 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 plastry 50 g, Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml, 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, Filet z kurczaka gotowany 30 g, Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2049.61 kcal; Białko ogółem: 80.79 g; Tłuszcz: 50.84 g; Kw. tł. nasy.: 9.46 g; Węglowodany ogółem: 319.99 g; W tym cukry: 69.44 g; Błonnik pok.: 12.52 g; Sól: 2.35 g; WW: 30.78 Por; : 388.94 %; : 1190.07 %; Ener. z T: 402 %; Ener. z Bł.: 77.13 %; K: 2780.01 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,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2024-03-13

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA S5 Płynna/Sonda

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: Wartość energetyczna: 2551.13 kcal; Białko ogółem: 118.51 g; Tłuszcz: 116.34 g; Kw. tł. nasy.: 61.04 g; Węglowodany ogółem: 268 g; W tym cukry: 77.79 g; Błonnik pok.: 20.65 g; Sól: 2.69 g; WW: 24.66 Por; : 514.68 %; : 1264.93 %; Ener. z T: 583.49 %; Ener. z Bł.: 77.01 %; 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 (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: Wartość energetyczna: 2507.03 kcal; Białko ogółem: 127.62 g; Tłuszcz: 103.74 g; Kw. tł. nasy.: 16.2 g; Węglowodany ogółem: 280.55 g; W tym cukry: 51.86 g; Błonnik pok.: 28.59 g; Sól: 2.48 g; WW: 24.97 Por; : 457.8 %; : 1176.43 %; Ener. z T: 400.29 %; Ener. z Bł.: 116.25 %; K: 5746.39 mg;

W-wa- PIM MSWiA S7 Niskosodowa

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

Obiad: Ziemniaczana *(bez soli) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Pulpet drobiowy (bez soli) 80 g (GLU PSZ, JAJ.), Kasza jęczmienna/sypko (bez soli) 180 g (GLU JĘCZ.), Sos jarzynowy* (bez soli) 80 ml (GLU PSZ, SEL.), Cukinia gotowana z pomidorami* 200 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.), Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* b/soli 100 g (RYB, SEL.), Galaretka o smaku truskawkowym z owocami 200 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.), Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 30 g , Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2389.58 kcal; Białko ogółem: 99.99 g; Tłuszcz: 58.75 g; Kw. tł. nasy.: 21.9 g; Węglowodany ogółem: 370.55 g; W tym cukry: 86.22 g; Błonnik pok.: 17.68 g; Sól: 2.15 g; WW: 35.31 Por; : 389.56 %; : 1194.64 %; Ener. z T: 419.39 %; Ener. z Bł.: 74.92 %; K: 3137.39 mg;

W-wa- PIM MSWiA S8 Niskobiałkowa

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Masło extra 82% 10 g (MLE.), Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE.), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Dżem 30 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Pieczeń rzymska drobiowa 70 g (GLU PSZ, JAJ.), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.), Cukinia gotowana z pomidorami* 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.), Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (RYB, SEL.), Galaretka o smaku truskawkowym z owocami 200 g , Sałata zielona 20 g , Miód (25g) 1 szt , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło extra 82% 5 g (MLE.), Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW.), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2054.44 kcal; Białko ogółem: 68.45 g; Tłuszcz: 42.13 g; Kw. tł. nasy.: 18.5 g; Węglowodany ogółem: 359.64 g; W tym cukry: 56.84 g; Błonnik pok.: 21.44 g; Sól: 6.25 g; WW: 33.9 Por; : 342.51 %; : 1159.76 %; Ener. z T: 332.37 %; Ener. z Bł.: 86.92 %; K: 2370.83 mg;

W-wa- PIM MSWiA Aspinyrowa

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2024-03-13

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Aspirynowa

Śniadanie: 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.), Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE.), Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Ryż na sypko 180 g , Filet z kurczaka 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-pszenno 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło extra 82% 10 g (MLE.), Schab gotowany plastry 50 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.), Filet z kurczaka gotowany 30 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1783.98 kcal; Białko ogółem: 89.67 g; Tłuszcz: 39.54 g; Kw. tł. nasy.: 18.84 g; Węglowodany ogółem: 278.39 g; W tym cukry: 44.29 g; Błonnik pok.: 23.12 g; Sól: 5.3 g; WW: 25.66 Por; : 324.27 %; : 766 %; Ener. z T: 279.86 %; Ener. z Bł.: 35.41 %; K: 2525.97 mg;

W-wa- PIM MSWiA Niskopurynowa

Śniadanie: Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Masło extra 82% 10 g (MLE.), Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE.), Jabłko pieczone 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Kaszotto wegetariańskie z tofu * 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.), Surówka z marchwi 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.), Twaróg półtłusty 100 g (MLE.), Galaretka o smaku truskawkowym z owocami 200 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.), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2513.33 kcal; Białko ogółem: 95.41 g; Tłuszcz: 63.19 g; Kw. tł. nasy.: 26.22 g; Węglowodany ogółem: 397.49 g; W tym cukry: 79.48 g; Błonnik pok.: 36.29 g; Sól: 6.05 g; WW: 36.16 Por; : 351.11 %; : 1050.93 %; Ener. z T: 426.3 %; Ener. z Bł.: 92.52 %; K: 2895.42 mg;

W-wa- PIM MSWiA Położniczo-ciężowa

Śniadanie: Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.), Chleb pełnoziarnisty 100 g (GLU PSZ.), Masło extra 82% 10 g (MLE.), Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE.), 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.), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.), Papryka świeża 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JE CZ.), Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (GLU PSZ, JAJ.), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.), Cukinia gotowana z pomidorami* 130 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (SEL.), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

PD: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.), Wafle ryżowe 30 g ,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb pełnoziarnisty 50 g (GLU PSZ.), Masło extra 82% 10 g (MLE.), Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.), Galaretka o smaku truskawkowym z owocami 200 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło extra 82% 5 g (MLE.), Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW.), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 3042.03 kcal; Białko ogółem: 116.43 g; Tłuszcz: 69.87 g; Kw. tł. nasy.: 24.18 g; Węglowodany ogółem: 502.77 g; W tym cukry: 106.08 g; Błonnik pok.: 33.71 g; Sól: 9.66 g; WW: 46.97 Por; : 535.76 %; : 1542.18 %; Ener. z T: 540.95 %; Ener. z Bł.: 105.4 %; K: 3527.95 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2024-03-13

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Wegetariańska

Śniadanie: Płatki owsiane na mleku 300 ml (**MLE, GLU OW,**), Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (**GLU PSZ, GLU ŻYT,**), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (**GLU PSZ, GLU ŻYT,**), Masło extra 82% 10 g (**MLE,**), Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g (**MLE,**), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (**GLU PSZ, SEL,**), Kaszotto wegetariańskie z tofu * 300 g (**GLU PSZ, SOJ, SEL,**), Sos jarzynowy * 80 ml (**GLU PSZ, SEL,**), Surówka z marchwi 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,**), Ser topiony 50 g (**MLE,**), Ogórek kiszony 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,**), Jajko gotowane kl M 1 szt (**JAJ,**), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2280.3 kcal; Białko ogółem: 77.53 g; Tłuszcz: 71.75 g; Kw. tł. nasy.: 31.4 g; Węglowodany ogółem: 340.8 g; W tym cukry: 64.3 g; Błonnik pok.: 40.77 g; Sól: 9.04 g; WW: 30 Por; : 368.32 %; : 1099.65 %; Ener. z T: 491.48 %; Ener. z Bł.: 117.22 %; K: 3009.15 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa

Śniadanie: Ryż na mleku 300 ml (**MLE,**), Chleb bezglutenowy 100 g , Masło extra 82% 10 g (**MLE,**), Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g (**MLE,**), Dżem 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Ziemniaczana *(bez glutenu, mleka) 400 ml (**SEL,**), Pulpet drobiowy (bez glutenu) 80 g (**JAJ,**), Sos jarzynowy* (bez glutenu) 80 ml (**SEL,**), Ziemniaki gotowane 180 g , Cukinia gotowana z pomidorami* 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Chleb bezglutenowy 100 g , Masło extra 82% 10 g (**MLE,**), Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (**RYB, SEL,**), Galaretko o smaku truskawkowym z owocami 200 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Chleb bezglutenowy 50 g , Masło extra 82% 5 g (**MLE,**), Filet z kurczaka gotowany 30 g , Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2306.49 kcal; Białko ogółem: 79.38 g; Tłuszcz: 60.4 g; Kw. tł. nasy.: 21.74 g; Węglowodany ogółem: 364.22 g; W tym cukry: 86.18 g; Błonnik pok.: 14.69 g; Sól: 2.92 g; WW: 35.04 Por; : 379.85 %; : 1239.59 %; Ener. z T: 413.26 %; Ener. z Bł.: 80.73 %; K: 3650.58 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa bezmleczna

Śniadanie: Ryż 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: Ziemniaczana *(bez glutenu, mleka) 400 ml (**SEL,**), Pulpet drobiowy (bez glutenu) 80 g (**JAJ,**), Sos jarzynowy* (bez glutenu) 80 ml (**SEL,**), Ziemniaki gotowane 180 g , Cukinia gotowana z pomidorami* 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 , Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (**RYB, SEL,**), Galaretko o smaku truskawkowym z owocami 200 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 , Filet z kurczaka gotowany 30 g , Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2155.92 kcal; Białko ogółem: 72.06 g; Tłuszcz: 54.03 g; Kw. tł. nasy.: 9.83 g; Węglowodany ogółem: 348.68 g; W tym cukry: 71 g; Błonnik pok.: 14.69 g; Sól: 2.83 g; WW: 33.43 Por; : 344.01 %; : 1251.32 %; Ener. z T: 413.51 %; Ener. z Bł.: 81.56 %; K: 3433.49 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezmleczna

Śniadanie: Ryż na wodzie 300 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (**GLU PSZ,**), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g , Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (**GLU PSZ, SOJ,**), Dżem 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2024-03-13

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Bezmleczna

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ,), Cukinia gotowana z pomidorami* 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,), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g , Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL,), Galaretka o smaku truskawkowym z owocami 200 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g , Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g , Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2391.85 kcal; Białko ogółem: 81.18 g; Tłuszcz: 44.87 g; Kw. tł. nasy.: 10.84 g; Węglowodany ogółem: 426.05 g; W tym cukry: 72.9 g; Błonnik pok.: 24.17 g; Sól: 8.24 g; WW: 40.24 Por; : 350.93 %; : 1247.46 %; Ener. z T: 391.13 %; Ener. z Bł.: 79.2 %; K: 2327.51 mg;

W-wa- PIM MSWiA Rozdrobniona/Mielona

Śniadanie: Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE,), Dżem 80 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (GLU PSZ, JAJ,), Ziemniaki gotowane puree 180 g (MLE,), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL,), Cukinia gotowana z pomidorami* 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), mielona Szynek gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,), Galaretka o smaku truskawkowym z owocami 200 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

PN: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), mielona Szynek z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW,),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2457.64 kcal; Białko ogółem: 96.22 g; Tłuszcz: 52.02 g; Kw. tł. nasy.: 23.27 g; Węglowodany ogółem: 409.03 g; W tym cukry: 87.01 g; Błonnik pok.: 18.77 g; Sól: 7.66 g; WW: 39.13 Por; : 330.44 %; : 1051.95 %; Ener. z T: 382.99 %; Ener. z Bł.: 27.19 %; K: 3492.09 mg;

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

Śniadanie: Płatki owsiane na mleku 150 ml (MLE, GLU OW,), Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Serek a`la homogenizowany 50 g (MLE,), Pomidor 40 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,

II ŚN: Mandarynka 150 g ,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 200 ml (GLU PSZ, SEL,), Pieczeń rzymska drobiowa 50 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 120 g (GLU JĘCZ,), Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml ,

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

Kolacja: Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE,), Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,), Ogórek kiszony 40 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,

PN: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Szynek z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW,), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1608.85 kcal; Białko ogółem: 66.4 g; Tłuszcz: 44.5 g; Kw. tł. nasy.: 16.22 g; Węglowodany ogółem: 243.59 g; W tym cukry: 64.35 g; Błonnik pok.: 18.43 g; Sól: 5.55 g; WW: 22.57 Por; : 359.17 %; : 1026.4 %; Ener. z T: 351.6 %; Ener. z Bł.: 101.19 %; K: 2224.76 mg;

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

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2024-03-13

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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

Śniadanie: Płatki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU OW,), Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE,), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

II ŚN: Mandarynka 150 g,

Obiad: Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR,), Pieczeń rzymska drobiowa 60 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 120 g (GLU JĘCZ,), Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,

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

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Baton szynkowy z kurczą 40 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,), Ogórek kiszony 50 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,), Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW,), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1742.6 kcal; Białko ogółem: 66.75 g; Tłuszcz: 58.06 g; Kw. tł. nasy.: 22.47 g; Węglowodany ogółem: 247.37 g; W tym cukry: 68.16 g; Błonnik pok.: 20.7 g; Sól: 6.19 g; WW: 22.71 Por: : 369.8 %; : 1102.27 %; Ener. z T: 421.81 %; Ener. z Bł.: 111.06 %; K: 2459.37 mg;

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

Śniadanie: Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE,), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

II ŚN: Mandarynka 150 g,

Obiad: Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR,), Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 140 g (GLU JĘCZ,), Surówka z marchwi z olejem b/c 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,

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

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Baton szynkowy z kurczą 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,), Ogórek kiszony 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,), Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW,), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2057.3 kcal; Białko ogółem: 83.69 g; Tłuszcz: 65.87 g; Kw. tł. nasy.: 24.96 g; Węglowodany ogółem: 293.2 g; W tym cukry: 74.46 g; Błonnik pok.: 25.02 g; Sól: 8.19 g; WW: 26.85 Por: : 438.19 %; : 1196.04 %; Ener. z T: 485.38 %; Ener. z Bł.: 120.46 %; K: 2808.73 mg;

W-wa- PIM MSWiA Transplantologia

Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE,), Jabłko pieczone 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml,

II ŚN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ,), Mus z jabłek () b/c 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ,), Cukinia gotowana z pomidorami* 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml,

PD: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,), Wafle ryżowe 30 g,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2024-03-13

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,), Szyunka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,), Galaretką o smaku truskawkowym z owocami 200 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,), Szyunka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW,),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2482.94 kcal; Białko ogółem: 98.47 g; Tłuszcz: 55.6 g; Kw. tł. nasy.: 23.17 g; Węglowodany ogółem: 408.7 g; W tym cukry: 31.75 g; Błonnik pok.: 30.18 g; Sól: 10.57 g; WW: 37.82 Por; : 426.38 %; : 964.7 %; Ener. z T: 470.59 %; Ener. z Bł.: 60.12 %; K: 2546.19 mg;

W-wa- PIM MSWiA Specjalna

- Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 15 g (MLE,), Serek a`la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE,), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,
- II ŚN: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Szyunka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ,), Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,
- Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (GLU PSZ, JAJ,), Pieczeń rzymska drobiowa 50 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ,), Cukinia gotowana z pomidorami* 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,
- PD: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,),
- Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 15 g (MLE,), Szyunka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,), Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,
- PN: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Szyunka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW,), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2492.7 kcal; Białko ogółem: 116.74 g; Tłuszcz: 71.32 g; Kw. tł. nasy.: 31.65 g; Węglowodany ogółem: 355.45 g; W tym cukry: 42.88 g; Błonnik pok.: 19.8 g; Sól: 8.97 g; WW: 33.67 Por; : 18.73 %; : 53.86 %; Ener. z T: 25.75 %; Ener. z Bł.: 1.59 %; K: 3394.04 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,), Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE,), Jabłko pieczone 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,
- II ŚN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ,), Pomidor b/skórki 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,
- Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ,), Cukinia gotowana z pomidorami* 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,
- PD: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,), Wafle ryżowe 30 g ,
- Kolacja: 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 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,), Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml , 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,), Szyunka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW,), Sałata zielona 10 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2024-03-13

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Cukrzyca oszczędzająca

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2347.25 kcal; Białko ogółem: 95.97 g; Tłuszcz: 54.83 g; Kw. tł. nasy.: 22.22 g; Węglowodany ogółem: 378.25 g; W tym cukry: 50.87 g; Błonnik pok.: 26.78 g; Sól: 10.62 g; WW: 35.18 Por; : 523.44 %; : 1112.69 %; Ener. z T: 492.79 %; Ener. z Bł.: 101.23 %; K: 2785.28 mg;