

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-16

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa

Śniadanie: Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ,), 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,), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ,), Papryka świeża 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL,), Gulasz warzywny dieta* 150 g (GLU PSZ, SEL,), Ziemniaki 180 g, Surówka z marchwi z olejem b/c 130 g, Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (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 makreli wędzonej z warzywami* 100 g (RYB, SEL,), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Wartości odżywcze: E: 2109.71 kcal; B: 71.16 g; T: 67.76 g; Kw. tł. nasy.: 23.76 g; W: 321.55 g; W tym cukry: 78.01 g; Bł.: 35.58 g; Sól: 10.3 g; WW: 28.74 Por; Ener. z B: 280.35 %; Ener. z W: 1109.73 %; Ener. z T: 470.16 %; Ener. z Bł.: 114.31 %; K: 4003.65 mg;

W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna

Śniadanie: Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ,), Cukinia pieczona z olejem * 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL,), Gulasz warzywny dieta* 150 g (GLU PSZ, SEL,), Ziemniaki 180 g, Marchew gotowana z olejem* 130 g, Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (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 ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (RYB, SEL,), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Wartości odżywcze: E: 2007.04 kcal; B: 69.79 g; T: 53.6 g; Kw. tł. nasy.: 19.58 g; W: 325.33 g; W tym cukry: 76.21 g; Bł.: 28.36 g; Sól: 7.59 g; WW: 29.85 Por; Ener. z B: 311.34 %; Ener. z W: 1058.07 %; Ener. z T: 454.26 %; Ener. z Bł.: 96.72 %; K: 3681 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: Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), mielona Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ,), Cukinia pieczona z olejem * 80 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL,), Pulpet mięsno-warzywny* (drobiowy) 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,), Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE,), Ziemniaki 180 g, Marchew gotowana z olejem* 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,), Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (RYB, SEL,), Pomidor b/skórki 80 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-16

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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

Wartości odżywcze: E: 1991.38 kcal; B: 78.43 g; T: 54.59 g; Kw. tł. nasy.: 19.36 g; W: 307.95 g; W tym cukry: 64.47 g; Bł.: 23.5 g; Sól: 6.68 g; WW: 28.56 Por; Ener. z B: 256.43 %; Ener. z W: 968.8 %; Ener. z T: 433.7 %; Ener. z Bł.: 57.13 %; K: 3340.82 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), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (SOJ), Papryka świeża 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), Baton szynkowy z kurczą 50 g , Słupki z marchewki 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

Obiad: Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL), Pulpet mięsno-warzywny* (drobiowy) 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL), Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE), Ziemniaki 180 g , Surówka z marchwi z olejem b/c 130 g , Fasolka szparagowa z wody* 60 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

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

Kolacja: Chleb razowy żytnio-pszeny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Pasta z makreli wędzonej z warzywami* 100 g (RYB, SEL), Pomidor 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), Baton szynkowy z kurczą 30 g , Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2249.73 kcal; B: 95.77 g; T: 82.35 g; Kw. tł. nasy.: 24.56 g; W: 306.05 g; W tym cukry: 50.23 g; Bł.: 49.68 g; Sól: 11.63 g; WW: 25.76 Por; Ener. z B: 463.76 %; Ener. z W: 1194.85 %; Ener. z T: 657.29 %; Ener. z Bł.: 188.62 %; K: 4761.93 mg;

W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa

Śniadanie: Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (SOJ), Cukinia pieczona z olejem * 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL), Pulpet mięsno-warzywny* (drobiowy) 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL), Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE), Ziemniaki 180 g , Marchew gotowana z olejem* 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), Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (RYB, SEL), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1980.02 kcal; B: 76.39 g; T: 54.49 g; Kw. tł. nasy.: 19.41 g; W: 308.11 g; W tym cukry: 63.81 g; Bł.: 25.76 g; Sól: 7.33 g; WW: 28.36 Por; Ener. z B: 321.86 %; Ener. z W: 1030.88 %; Ener. z T: 453.46 %; Ener. z Bł.: 93.16 %; K: 3301.18 mg;

W-wa- PIM MSWiA S1 Niskobiałkowa/Ziemniaczana

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g , Miód (25g) 1 szt , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL), Kopytka ziemniaczane * 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE), Mus z jabłek prażonych 150 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Placki ziemniaczane 300 g (GLU PSZ, JAJ), Ketchup 30 g (SEL), Pomidor 80 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2127.96 kcal; B: 39.63 g; T: 68.58 g; Kw. tł. nasy.: 19.62 g; W: 343.49 g; W tym cukry: 86.85 g; Bł.: 14.74 g; Sól: 3.55 g; WW: 32.97 Por; Ener. z B: 166.41 %; Ener. z W: 1229.34 %; Ener. z T: 288.28 %; Ener. z Bł.: 71.38 %; K: 2322.62 mg;

W-wa- PIM MSWiA S3 Niskofosforanowa

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-16

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA S3 Niskofosforanowa

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

Obiad: Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL.), Kopytka ziemniaczane * 300 g (GLU PSZ, JAJ, 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.), Filet z kurczaka gotowany 50 g , Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2000.08 kcal; B: 69.44 g; T: 38.24 g; Kw. tł. nasy.: 17.39 g; W: 353.21 g; W tym cukry: 82.15 g; Bł.: 14.39 g; Sól: 4.24 g; WW: 33.93 Por; Ener. z B: 302.62 %; Ener. z W: 1195.87 %; Ener. z T: 251.53 %; Ener. z Bł.: 80.39 %; K: 1672.02 mg;

W-wa- PIM MSWiA S4 Alergiczna

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 , Cukinia pieczona z olejem * 80 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

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

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

Wartości odżywcze: E: 1603.43 kcal; B: 70.32 g; T: 41.69 g; Kw. tł. nasy.: 8.1 g; W: 240.85 g; W tym cukry: 42.86 g; Bł.: 13.06 g; Sól: 2.37 g; WW: 22.84 Por; Ener. z B: 296.16 %; Ener. z W: 880.07 %; Ener. z T: 347.5 %; Ener. z Bł.: 48 %; K: 2858.29 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 ,

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: Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JE CZ.), Chleb pszenno-żytni bez soli 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło extra 82% 10 g (MLE.), Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 40 g , Cukinia pieczona z olejem * 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-16

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA S7 Niskosodowa

Obiad: Brokułowa z ryżem (bez soli) * 400 ml (MLE, SEL, _), Gulasz warzywny dieta* (bez soli) 150 g (GLU PSZ, SEL, _), Ziemniaki (bez soli) 180 g , Marchew gotowana z olejem (bez soli)* 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml , Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE, _),

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

Wartości odżywcze: E: 1799.62 kcal; B: 75.02 g; T: 47.29 g; Kw. tł. nasy.: 19.49 g; W: 276.54 g; W tym cukry: 76.24 g; Bł.: 20.47 g; Sól: 1.67 g; WW: 25.74 Por; Ener. z B: 329.27 %; Ener. z W: 1050.07 %; Ener. z T: 384.81 %; Ener. z Bł.: 86.81 %; K: 3686.63 mg;

W-wa- PIM MSWiA S8 Niskobiałkowa

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ, _), Cukinia pieczona z olejem * 80 g , Sałata zielona 20 g , Miód (25g) 1 szt , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL, _), Gulasz warzywny dieta* 150 g (GLU PSZ, SEL, _), Ziemniaki 180 g , Marchew gotowana z olejem* 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, _), Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 50 g (RYB, SEL, _), Pomidor 80 g , Dżem 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1687.78 kcal; B: 41.2 g; T: 40.63 g; Kw. tł. nasy.: 14.32 g; W: 301.5 g; W tym cukry: 83.96 g; Bł.: 24.49 g; Sól: 5.77 g; WW: 27.81 Por; Ener. z B: 218.39 %; Ener. z W: 1101.22 %; Ener. z T: 358.39 %; Ener. z Bł.: 91.52 %; K: 2899.83 mg;

W-wa- PIM MSWiA Aspirynowa

Śniadanie: Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Schab gotowany 40 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml , Cukinia pieczona z olejem * 80 g ,

Obiad: Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL, _), Filet z kurczaka gotowany 80 g , 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, _), Twarożek 100 g (MLE, _), Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1500.16 kcal; B: 76.59 g; T: 35.61 g; Kw. tł. nasy.: 16.15 g; W: 228.93 g; W tym cukry: 47.34 g; Bł.: 22.25 g; Sól: 4.92 g; WW: 20.77 Por; Ener. z B: 274.94 %; Ener. z W: 750.05 %; Ener. z T: 287.56 %; Ener. z Bł.: 38.1 %; K: 2789.89 mg;

W-wa- PIM MSWiA Niskopurynowa

Śniadanie: Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ, _), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Ser żółty 40 g (MLE, _), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Gulasz warzywny dieta* 150 g (GLU PSZ, SEL, _), Ziemniaki 180 g , Surówka z marchwi z olejem b/c 130 g , Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (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 ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (RYB, SEL, _), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2105.57 kcal; B: 76.82 g; T: 56.74 g; Kw. tł. nasy.: 25.42 g; W: 337.86 g; W tym cukry: 78.75 g; Bł.: 30.17 g; Sól: 7.33 g; WW: 30.9 Por; Ener. z B: 334.36 %; Ener. z W: 1184.09 %; Ener. z T: 429.54 %; Ener. z Bł.: 116.75 %; K: 4208.13 mg;

W-wa- PIM MSWiA Położniczo-ciężowa

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-16

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Położniczo-ciężowa

Śniadanie: Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ,), 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,), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ,), Cukinia pieczona z olejem * 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

II ŚN: Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Baton szynkowy z kurcząt 50 g, Słupki z marchewki 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL,), Gulasz warzywny dieta* 150 g (GLU PSZ, SEL,), Ziemniaki 180 g, Surówka z marchwi z olejem b/c 130 g, Fasolka szparagowa z wody* 130 g, Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE,), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,

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

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 ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (RYB, SEL,), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Wartości odżywcze: E: 2443.37 kcal; B: 88.82 g; T: 65.33 g; Kw. tł. nasy.: 19.92 g; W: 395.3 g; W tym cukry: 92.27 g; Bł.: 41.46 g; Sól: 10.33 g; WW: 35.55 Por; Ener. z B: 471.41 %; Ener. z W: 1547.2 %; Ener. z T: 603.85 %; Ener. z Bł.: 160.79 %; K: 4521.48 mg;

W-wa- PIM MSWiA Wegetariańska

Śniadanie: Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ,), 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,), Ser żółty 40 g (MLE,), Papryka świeża 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Obiad: Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL,), Gulasz warzywny dieta* 150 g (GLU PSZ, SEL,), Ziemniaki 180 g, Surówka z marchwi z olejem b/c 130 g, Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (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 makreli wędzonej z warzywami* 100 g (RYB, SEL,), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Wartości odżywcze: E: 2187.64 kcal; B: 77.5 g; T: 73.74 g; Kw. tł. nasy.: 29.73 g; W: 322.2 g; W tym cukry: 78.01 g; Bł.: 35.58 g; Sól: 10.16 g; WW: 28.79 Por; Ener. z B: 282.14 %; Ener. z W: 1109.36 %; Ener. z T: 464.25 %; Ener. z Bł.: 114.31 %; K: 4003.65 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa

Śniadanie: Chleb bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 10 g (MLE,), Filet z kurczaka gotowany 40 g, Cukinia pieczona z olejem * 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml, Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE,),

Obiad: Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL,), Pulpet mięsno-warzywny* (drobiowy) b/gl 80 g (JAJ, SEL,), Sos koperkowy *(bez glutenu, mleka) 80 ml, Ziemniaki 180 g, Marchew gotowana z olejem* 130 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml,

Kolacja: Chleb bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 10 g (MLE,), Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (RYB, SEL,), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Wartości odżywcze: E: 1616.91 kcal; B: 57.58 g; T: 52.56 g; Kw. tł. nasy.: 15.19 g; W: 234.19 g; W tym cukry: 53.42 g; Bł.: 17.09 g; Sól: 2.84 g; WW: 21.77 Por; Ener. z B: 302.44 %; Ener. z W: 915.63 %; Ener. z T: 408.31 %; Ener. z Bł.: 85.21 %; K: 3020.52 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, Filet z kurczaka gotowany 40 g, Cukinia pieczona z olejem * 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-16

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa bezmleczna

Obiad: Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL, _), Pulpet mięsno-warzywny* (drobiowy) b/gl 80 g (JAJ, SEL, _), Sos koperkowy *(bez glutenu, mleka) 80 ml , 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 , Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (RYB, SEL, _), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1634.57 kcal; B: 57.15 g; T: 49.29 g; Kw. tł. nasy.: 7.52 g; W: 246.81 g; W tym cukry: 49.32 g; Bł.: 17.86 g; Sól: 2.81 g; WW: 22.94 Por; Ener. z B: 310.87 %; Ener. z W: 996.06 %; Ener. z T: 430.11 %; Ener. z Bł.: 87.95 %; K: 2952.54 mg;

W-wa- PIM MSWiA Bezglutenowa 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 , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ, _), Cukinia pieczona z olejem * 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL, _), Pulpet mięsno-warzywny* (drobiowy) 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, _), Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ, _), Ziemniaki 180 g , Marchew gotowana z olejem* 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 , Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (RYB, SEL, _), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1860.28 kcal; B: 68.73 g; T: 48.55 g; Kw. tł. nasy.: 10.04 g; W: 298.72 g; W tym cukry: 51.14 g; Bł.: 24.54 g; Sól: 6.74 g; WW: 27.49 Por; Ener. z B: 313.43 %; Ener. z W: 1069.84 %; Ener. z T: 455.76 %; Ener. z Bł.: 93.43 %; K: 2924.47 mg;

W-wa- PIM MSWiA Rozdrobniona/Mielona

Śniadanie: Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ, _), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), mielona Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ, _), Cukinia pieczona z olejem * 80 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Obiad: Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL, _), Pulpet mięsno-warzywny* (drobiowy) 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, _), Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE, _), Ziemniaki puree 180 g (MLE, _), Marchew gotowana z olejem* 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, _), Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (RYB, SEL, _), Pomidor b/skórki 80 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1993.68 kcal; B: 78.58 g; T: 54.68 g; Kw. tł. nasy.: 19.41 g; W: 308.18 g; W tym cukry: 64.69 g; Bł.: 23.5 g; Sól: 6.69 g; WW: 28.59 Por; Ener. z B: 256.64 %; Ener. z W: 968.24 %; Ener. z T: 434.1 %; Ener. z Bł.: 57.08 %; K: 3347.17 mg;

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

Śniadanie: Płatki jęczmienne na mleku 150 ml (MLE, GLU JĘCZ, _), Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 5 g (MLE, _), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 20 g (SOJ, _), Papryka świeża 40 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,

II ŚN: Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt ,

Obiad: Brokułowa z ryżem * 200 ml (MLE, SEL, _), Gulasz warzywny dieta* 150 g (GLU PSZ, SEL, _), Ziemniaki 120 g , Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g , Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE, _), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml ,

PD: Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ, _),

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-16

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

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

Kolacja: Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE,), Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 40 g (RYB, SEL,), Pomidor 40 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1310.84 kcal; B: 43.48 g; T: 34.87 g; Kw. tł. nasy.: 12.6 g; W: 222.25 g; W tym cukry: 92.03 g; Bł.: 17.62 g; Sól: 3.61 g; WW: 20.56 Por; Ener. z B: 228.92 %; Ener. z W: 959.87 %; Ener. z T: 306.83 %; Ener. z Bł.: 80.65 %; K: 2938.39 mg;

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

Śniadanie: Płatki jęczmienne na mleku 200 ml (MLE, GLU JĘCZ,), Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,), Papryka świeża 50 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

II ŚN: Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt ,

Obiad: Brokułowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL,), Gulasz warzywny dieta* 150 g (GLU PSZ, SEL,), Ziemniaki 120 g , Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g , Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE,), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

PD: Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,),

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 50 g (RYB, SEL,), Pomidor 50 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1407.04 kcal; B: 43.88 g; T: 44.2 g; Kw. tł. nasy.: 17.82 g; W: 225.69 g; W tym cukry: 95.09 g; Bł.: 19.03 g; Sól: 4.04 g; WW: 20.77 Por; Ener. z B: 243.4 %; Ener. z W: 1034.59 %; Ener. z T: 377.58 %; Ener. z Bł.: 86.56 %; K: 2973.76 mg;

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

Śniadanie: Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ,), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ,), Papryka świeża 40 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

II ŚN: Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt ,

Obiad: Brokułowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL,), Gulasz warzywny dieta* 150 g (GLU PSZ, SEL,), Ziemniaki 140 g , Surówka z marchwi z olejem b/c 130 g , Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE,), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml ,

PD: Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,),

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (RYB, SEL,), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1708.63 kcal; B: 60.25 g; T: 52.03 g; Kw. tł. nasy.: 19.72 g; W: 269.01 g; W tym cukry: 102.68 g; Bł.: 23.02 g; Sól: 5.29 g; WW: 24.72 Por; Ener. z B: 307.52 %; Ener. z W: 1128.64 %; Ener. z T: 451.72 %; Ener. z Bł.: 97.89 %; K: 3499.33 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,), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ,), Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

II ŚN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Baton szynkowy z kurczątkami 50 g , Dynia z wody 80 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Warszawa M w dniu: 2023-10-16

Oddział: W-WA M - PIM MSWiA

W-wa- PIM MSWiA Transplantologia

Obiad: Ryżowa* 400 ml (MLE, SEL, _), Pulpet mięsno-warzywny* (drobiowy) 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, _), Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE, _), Ziemniaki 180 g , Cukinia pieczona z olejem * 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

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

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (RYB, SEL, _), Jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2153.6 kcal; B: 82.67 g; T: 65.97 g; Kw. tł. nasy.: 20.92 g; W: 316.03 g; W tym cukry: 52.63 g; Bł.: 24.55 g; Sól: 8.87 g; WW: 29.07 Por; Ener. z B: 314.27 %; Ener. z W: 917.34 %; Ener. z T: 568.65 %; Ener. z Bł.: 57.12 %; K: 3068.92 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, _), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 100 g (SOJ, _), 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, _), Baton szynkowy z kurczątką 50 g , Słupki z marchewki 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

Obiad: Brokułowa z ryżem brązowym (bez mleka) * 300 ml (SEL, _), Schab gotowany 160 g , Ziemniaki 140 g , Surówka z marchwi z olejem b/c 130 g , Fasolka szparagowa z wody* 60 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml , Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE, _),

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

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

Wartości odżywcze: E: 2119.81 kcal; B: 139.86 g; T: 72.18 g; Kw. tł. nasy.: 27.23 g; W: 245.41 g; W tym cukry: 43.65 g; Bł.: 35.8 g; Sól: 11.61 g; WW: 21.02 Por; Ener. z B: 742.39 %; Ener. z W: 1034.09 %; Ener. z T: 713.51 %; Ener. z Bł.: 161.6 %; K: 4889.87 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, _), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ, _), Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ,

II ŚN: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 5 g (MLE, _), Baton szynkowy z kurczątką 50 g , Dynia z wody 80 g ,

Obiad: Ryżowa* 400 ml (MLE, SEL, _), Pulpet mięsno-warzywny* (drobiowy) 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, _), Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE, _), Ziemniaki 180 g , Cukinia pieczona z olejem * 130 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml ,

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

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 10 g (MLE, _), Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (RYB, SEL, _), Jabłko pieczone 150 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, _), Baton szynkowy z kurczątką 30 g , Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2402.81 kcal; B: 92.05 g; T: 74.37 g; Kw. tł. nasy.: 23.91 g; W: 350.53 g; W tym cukry: 56.47 g; Bł.: 28.79 g; Sól: 10.56 g; WW: 32.1 Por; Ener. z B: 435.09 %; Ener. z W: 1064.86 %; Ener. z T: 658.48 %; Ener. z Bł.: 109.51 %; K: 3368.19 mg;