

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia		
2024-04-29 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) 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	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) 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	Płatki pszenne na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 20 g (SOJ) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
		II SN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Ser żółty 30 g (MLE) Słupki z marchewki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt		
2024-04-29 poniedziałek	Obiad	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL) Gulasz warzywny z tofu dieta* (drobiowy) 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 130 g Fasolka szparagowa z wodą* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	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 gotowane 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 130 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	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 gotowane 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 200 ml (MLE, SEL) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL) Ziemniaki gotowane 120 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL) Ziemniaki gotowane 120 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL) Ziemniaki gotowane 140 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	
		PD			Maślanka 150 ml (MLE) Jabko 150 g			Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE)		
2024-04-29 poniedziałek	Kolejka	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) Szprot w sosie pomidorowym 100 g (RYB, SEL) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	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) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szprot w sosie pomidorowym 100 g (RYB, SEL) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	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) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 40 g (MLE) Ogórek świeży 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Ogórek świeży 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Ogórek świeży 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 wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ) Sałata zielona 10 g		Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ) Sałata zielona 10 g	
		Wartość energetyczna: 2117.48 kcal; Białko ogółem: 69.67 g; Tłuszcz: 61.42 g; Kw. tł. nasy.: 26.38 g; Węglowodany ogółem: 337.76 g; W tym cukry: 65.41 g; Błonnik pok.: 33.85 g; Sól: 8.69 g;	Wartość energetyczna: 2162.71 kcal; Białko ogółem: 79.70 g; Tłuszcz: 59.48 g; Kw. tł. nasy.: 24.81 g; Węglowodany ogółem: 339.95 g; W tym cukry: 69.70 g; Błonnik pok.: 27.29 g; Sól: 8.36 g;	Wartość energetyczna: 2214.19 kcal; Białko ogółem: 91.74 g; Tłuszcz: 60.31 g; Kw. tł. nasy.: 25.57 g; Węglowodany ogółem: 336.82 g; W tym cukry: 67.51 g; Błonnik pok.: 22.62 g; Sól: 7.25 g;	Wartość energetyczna: 2071.64 kcal; Białko ogółem: 80.72 g; Tłuszcz: 67.96 g; Kw. tł. nasy.: 30.90 g; Węglowodany ogółem: 308.88 g; W tym cukry: 55.73 g; Błonnik pok.: 48.56 g; Sól: 8.44 g;	Wartość energetyczna: 2194.99 kcal; Białko ogółem: 88.49 g; Tłuszcz: 60.13 g; Kw. tł. nasy.: 25.64 g; Węglowodany ogółem: 336.67 g; W tym cukry: 66.38 g; Błonnik pok.: 25.82 g; Sól: 8.22 g;	Wartość energetyczna: 1459.02 kcal; Białko ogółem: 54.67 g; Tłuszcz: 40.41 g; Kw. tł. nasy.: 17.34 g; Węglowodany ogółem: 225.17 g; W tym cukry: 83.69 g; Błonnik pok.: 16.25 g; Sól: 4.14 g;	Wartość energetyczna: 1553.87 kcal; Białko ogółem: 55.34 g; Tłuszcz: 49.56 g; Kw. tł. nasy.: 22.80 g; Węglowodany ogółem: 228.24 g; W tym cukry: 86.71 g; Błonnik pok.: 17.32 g; Sól: 4.52 g;	Wartość energetyczna: 1859.22 kcal; Białko ogółem: 73.50 g; Tłuszcz: 56.51 g; Kw. tł. nasy.: 25.93 g; Węglowodany ogółem: 272.16 g; W tym cukry: 94.98 g; Błonnik pok.: 20.32 g; Sól: 5.50 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wędzarskich pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Ogórek kiszony 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Ogórek kiszony 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.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Papryka świeża 50 g		
Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makarony 180 g (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makarony 180 g (GLU PSZ) Dymna z wody 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makarony pełnoziarniste 180 g (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g Brokuł gotowany* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makarony 180 g (GLU PSZ) Dymna z wody 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makarony 180 g (GLU PSZ) Dymna z wody 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Bitka wieprzowa z szynki duszona 60 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makarony 100 g (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makarony 120 g (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makarony 140 g (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	
	PD			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Gruszka 150 g			Gruszka 150 g		
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) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wędzarskich pieczony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	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 królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wędzarskich pieczony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wędzarskich pieczony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Dżem 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wędzarskich pieczony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wędzarskich pieczony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wędzarskich pieczony 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wędzarskich pieczony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wędzarskich pieczony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) 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) Ser żółty 30 g (MLE) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Sałata zielona 10 g		Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Sałata zielona 10 g	
	Wartość energetyczna: 2383.15 kcal; Białko ogółem: 99.97 g; Tłuszcz: 73.23 g; Kw. tł. nasy.: 30.36 g; Węglowodany ogółem: 344.87 g; W tym cukry: 54.41 g; Błonnik pok.: 28.15 g; Sól: 10.83 g;	Wartość energetyczna: 2374.07 kcal; Białko ogółem: 91.63 g; Tłuszcz: 52.62 g; Kw. tł. nasy.: 22.25 g; Węglowodany ogółem: 392.92 g; W tym cukry: 101.44 g; Błonnik pok.: 24.33 g; Sól: 9.62 g;	Wartość energetyczna: 2411.35 kcal; Białko ogółem: 91.70 g; Tłuszcz: 52.46 g; Kw. tł. nasy.: 22.56 g; Węglowodany ogółem: 401.29 g; W tym cukry: 103.88 g; Błonnik pok.: 19.84 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2247.19 kcal; Białko ogółem: 105.02 g; Tłuszcz: 72.82 g; Kw. tł. nasy.: 28.54 g; Węglowodany ogółem: 312.70 g; W tym cukry: 44.60 g; Błonnik pok.: 47.00 g; Sól: 10.25 g;	Wartość energetyczna: 2394.07 kcal; Białko ogółem: 94.43 g; Tłuszcz: 52.82 g; Kw. tł. nasy.: 22.22 g; Węglowodany ogółem: 394.32 g; W tym cukry: 102.64 g; Błonnik pok.: 22.83 g; Sól: 8.97 g;	Wartość energetyczna: 1706.81 kcal; Białko ogółem: 76.34 g; Tłuszcz: 56.80 g; Kw. tł. nasy.: 25.09 g; Węglowodany ogółem: 231.38 g; W tym cukry: 63.73 g; Błonnik pok.: 15.84 g; Sól: 5.44 g;	Wartość energetyczna: 1926.35 kcal; Białko ogółem: 96.02 g; Tłuszcz: 68.73 g; Kw. tł. nasy.: 30.58 g; Węglowodany ogółem: 250.97 g; W tym cukry: 66.49 g; Błonnik pok.: 18.16 g; Sól: 6.50 g;	Wartość energetyczna: 2174.72 kcal; Białko ogółem: 96.47 g; Tłuszcz: 73.25 g; Kw. tł. nasy.: 32.02 g; Węglowodany ogółem: 293.82 g; W tym cukry: 72.08 g; Błonnik pok.: 21.32 g; Sól: 8.41 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	
2024-05-01 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, PSZ, GLU ŻYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU PSZ, SOJ) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU PSZ, SOJ) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 50 g (GLU PSZ, SOJ) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU PSZ, SOJ) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU PSZ, SOJ) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 130 ml (MLE, GLU OW, PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE, PSZ, SOJ) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ) Pomidor 40 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU OW, PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE, PSZ, SOJ) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU PSZ, SOJ) Pomidor 50 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU PSZ, SOJ) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Słupki z marchewki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE)		
	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL, PSZ, JAJ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL, PSZ, JAJ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL, PSZ, JAJ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL, PSZ, JAJ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL, PSZ, JAJ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 60 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 100 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL, PSZ, JAJ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 120 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL, PSZ, JAJ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 140 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 130 g (GOR) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL, PSZ, JAJ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 140 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 130 g (GOR) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Melon 150 g			Melon 150 g		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Papryka świeża 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser żółty 40 g (MLE) Papryka świeża 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser żółty 50 g (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) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw oslonce niejadalnej 30 g (SOJ) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw oslonce niejadalnej 30 g (SOJ)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw oslonce niejadalnej 30 g (SOJ) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw oslonce niejadalnej 30 g (SOJ) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw oslonce niejadalnej 30 g (SOJ) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw oslonce niejadalnej 30 g (SOJ) Sałata zielona 10 g		
		Wartość energetyczna: 2362.21 kcal; Białko ogółem: 92.06 g; Tłuszcz: 73.99 g; Kw. tł. nasy.: 33.13 g; Węglowodany ogółem: 349.13 g; W tym cukry: 59.89 g; Błonnik pok.: 33.07 g; Sól: 10.63 g;	Wartość energetyczna: 2235.32 kcal; Białko ogółem: 91.57 g; Tłuszcz: 49.96 g; Kw. tł. nasy.: 24.69 g; Węglowodany ogółem: 368.00 g; W tym cukry: 86.12 g; Błonnik pok.: 22.60 g; Sól: 7.61 g;	Wartość energetyczna: 2269.08 kcal; Białko ogółem: 96.70 g; Tłuszcz: 50.86 g; Kw. tł. nasy.: 24.93 g; Węglowodany ogółem: 368.26 g; W tym cukry: 87.27 g; Błonnik pok.: 19.46 g; Sól: 6.83 g;	Wartość energetyczna: 2312.49 kcal; Białko ogółem: 104.75 g; Tłuszcz: 80.05 g; Kw. tł. nasy.: 33.30 g; Węglowodany ogółem: 317.34 g; W tym cukry: 42.05 g; Błonnik pok.: 46.27 g; Sól: 10.17 g;	Wartość energetyczna: 2234.67 kcal; Białko ogółem: 91.54 g; Tłuszcz: 49.96 g; Kw. tł. nasy.: 24.69 g; Węglowodany ogółem: 367.85 g; W tym cukry: 86.02 g; Błonnik pok.: 22.56 g; Sól: 7.60 g;	Wartość energetyczna: 1435.90 kcal; Białko ogółem: 61.85 g; Tłuszcz: 48.05 g; Kw. tł. nasy.: 22.68 g; Węglowodany ogółem: 196.21 g; W tym cukry: 64.75 g; Błonnik pok.: 12.81 g; Sól: 5.66 g;	Wartość energetyczna: 1680.70 kcal; Białko ogółem: 70.88 g; Tłuszcz: 60.71 g; Kw. tł. nasy.: 30.11 g; Węglowodany ogółem: 221.44 g; W tym cukry: 68.62 g; Błonnik pok.: 15.28 g; Sól: 6.44 g;	Wartość energetyczna: 1954.28 kcal; Białko ogółem: 81.15 g; Tłuszcz: 68.30 g; Kw. tł. nasy.: 33.47 g; Węglowodany ogółem: 264.59 g; W tym cukry: 76.00 g; Błonnik pok.: 19.31 g; Sól: 7.95 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia
Sniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 20 g (SOJ.) Ogórek kiszony 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Ogórek kiszony 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.) Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (SOJ, GOR.) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Jabłko 150 g	
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 130 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem * 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Mięso wieprzowe mielone w sosie w 80 g (GLU PSZ) Ziemniaki gotowane 180 g Cukinia pieczona z olejem * 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 130 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem * 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 100 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 100 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 130 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD			Jabłko 150 g Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.)			Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek 50 g (MLE) Pomidor 50 g	
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) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	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 królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	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 królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) 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		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.)	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	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	Masło extra 82% 5 g (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	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
	Wartość energetyczna: 2175.78 kcal; Białko ogółem: 79.72 g; Tłuszcz: 58.56 g; Kw. tł. nasy.: 23.46 g; Węglowodany ogółem: 349.89 g; W tym cukry: 63.09 g; Błonnik pok.: 36.10 g; Sól: 10.61 g;	Wartość energetyczna: 2230.17 kcal; Białko ogółem: 79.49 g; Tłuszcz: 57.26 g; Kw. tł. nasy.: 22.55 g; Węglowodany ogółem: 361.87 g; W tym cukry: 73.10 g; Błonnik pok.: 26.08 g; Sól: 9.13 g;	Wartość energetyczna: 2240.70 kcal; Białko ogółem: 87.13 g; Tłuszcz: 59.27 g; Kw. tł. nasy.: 23.04 g; Węglowodany ogółem: 350.37 g; W tym cukry: 71.29 g; Błonnik pok.: 19.70 g; Sól: 7.89 g;	Wartość energetyczna: 2205.24 kcal; Białko ogółem: 81.99 g; Tłuszcz: 73.86 g; Kw. tł. nasy.: 21.79 g; Węglowodany ogółem: 325.99 g; W tym cukry: 43.22 g; Błonnik pok.: 58.07 g; Sól: 10.66 g;	Wartość energetyczna: 2249.52 kcal; Białko ogółem: 82.27 g; Tłuszcz: 57.46 g; Kw. tł. nasy.: 22.52 g; Węglowodany ogółem: 363.12 g; W tym cukry: 74.20 g; Błonnik pok.: 24.55 g; Sól: 8.47 g;	Wartość energetyczna: 1680.05 kcal; Białko ogółem: 71.56 g; Tłuszcz: 50.61 g; Kw. tł. nasy.: 20.37 g; Węglowodany ogółem: 245.89 g; W tym cukry: 70.89 g; Błonnik pok.: 22.18 g; Sól: 5.21 g;	Wartość energetyczna: 1759.69 kcal; Białko ogółem: 70.90 g; Tłuszcz: 57.47 g; Kw. tł. nasy.: 24.93 g; Węglowodany ogółem: 251.55 g; W tym cukry: 72.92 g; Błonnik pok.: 23.24 g; Sól: 5.72 g;	Wartość energetyczna: 1923.15 kcal; Białko ogółem: 78.32 g; Tłuszcz: 60.48 g; Kw. tł. nasy.: 25.25 g; Węglowodany ogółem: 280.52 g; W tym cukry: 75.21 g; Błonnik pok.: 27.16 g; Sól: 7.87 g;

2024-05-02 czwartek

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	
II ŚN	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) mielona Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Platki jęczmienne na mleku 150 ml (<u>MLE, GLU, JECZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU, PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 200 ml (<u>MLE, GLU, JECZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU, PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Banan 150 g		
Obiad	Dyniowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU, PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU, PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Szpinaż gotowany z olejem* 130 g (<u>GLU, PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Dyniowa z makaronem pełnoziarnistym* (bez mleka) 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU, PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Szpinaż gotowany z olejem* 60 g (<u>GLU, PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU, PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Szpinaż gotowany z olejem* 130 g (<u>GLU, PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 200 ml (<u>GLU, PSZ, SEL,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 50 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU, PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki gotowane 100 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 300 ml (<u>GLU, PSZ, SEL,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 50 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU, PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki gotowane 120 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU, PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml		
	PD			Platki owsiane 10 g (<u>GLU, OW,</u>) Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)			
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU, PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (<u>GLU, PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU, PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU, PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g		Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) mielona Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU, PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	
	Wartość energetyczna: 2340.07 kcal; Białko ogółem: 99.85 g; Tłuszcz: 59.18 g; Kw. tł. nasy.: 24.84 g; Węglowodany ogółem: 366.85 g; W tym cukry: 93.38 g; Błonnik pok.: 33.45 g; Sól: 8.25 g;	Wartość energetyczna: 2372.56 kcal; Białko ogółem: 104.63 g; Tłuszcz: 58.25 g; Kw. tł. nasy.: 24.72 g; Węglowodany ogółem: 368.17 g; W tym cukry: 87.78 g; Błonnik pok.: 24.67 g; Sól: 7.72 g;	Wartość energetyczna: 2288.96 kcal; Białko ogółem: 99.85 g; Tłuszcz: 49.65 g; Kw. tł. nasy.: 21.66 g; Węglowodany ogółem: 370.63 g; W tym cukry: 88.94 g; Błonnik pok.: 21.62 g; Sól: 7.40 g;	Wartość energetyczna: 2065.18 kcal; Białko ogółem: 107.42 g; Tłuszcz: 61.46 g; Kw. tł. nasy.: 23.37 g; Węglowodany ogółem: 290.48 g; W tym cukry: 32.95 g; Błonnik pok.: 41.73 g; Sól: 8.86 g;	Wartość energetyczna: 2277.60 kcal; Białko ogółem: 97.81 g; Tłuszcz: 49.55 g; Kw. tł. nasy.: 21.71 g; Węglowodany ogółem: 370.79 g; W tym cukry: 88.28 g; Błonnik pok.: 23.88 g; Sól: 8.05 g;	Wartość energetyczna: 1592.00 kcal; Białko ogółem: 70.22 g; Tłuszcz: 41.15 g; Kw. tł. nasy.: 18.11 g; Węglowodany ogółem: 242.37 g; W tym cukry: 110.90 g; Błonnik pok.: 15.26 g; Sól: 3.75 g;	Wartość energetyczna: 1730.83 kcal; Białko ogółem: 75.25 g; Tłuszcz: 49.61 g; Kw. tł. nasy.: 23.68 g; Węglowodany ogółem: 253.60 g; W tym cukry: 110.90 g; Błonnik pok.: 16.96 g; Sól: 4.02 g;	Wartość energetyczna: 2159.15 kcal; Białko ogółem: 97.95 g; Tłuszcz: 59.67 g; Kw. tł. nasy.: 26.61 g; Węglowodany ogółem: 318.01 g; W tym cukry: 118.83 g; Błonnik pok.: 23.47 g; Sól: 5.91 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	
2024-05-04 sobota	Śniadanie	Ryż 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) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony osłonce niejadalnej 40 g (SOJ.) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony osłonce niejadalnej 40 g (SOJ.) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony osłonce niejadalnej 40 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony osłonce niejadalnej 40 g (SOJ.) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Ryż na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser żółty 40 g (MLE) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
		II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Papryka świeża 50 g	
Obiad	Grochowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ.) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ.) Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Kasza bulgur 180 g (GLU PSZ.) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 130 g Kalałafar gotowany* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ.) Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami* 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 100 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (GLU JEJCZ.) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 120 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 140 g (GLU JEJCZ.) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 140 g (GLU JEJCZ.) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	
	PD			Jabłko 150 g Maślanka 150 ml (MLE)			Jabłko 150 g		
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) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Rzodkiew biała 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Rzodkiew biała 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
	PN	Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	
	Wartość energetyczna: 2504.58 kcal; Białko ogółem: 105.15 g; Tłuszcz: 75.79 g; Kw. tł. nasy.: 32.38 g; Węglowodany ogółem: 367.41 g; W tym cukry: 61.93 g; Błonnik pok.: 33.90 g; Sól: 9.86 g;	Wartość energetyczna: 2316.56 kcal; Białko ogółem: 88.63 g; Tłuszcz: 57.45 g; Kw. tł. nasy.: 23.69 g; Węglowodany ogółem: 373.13 g; W tym cukry: 81.72 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2149.86 kcal; Białko ogółem: 87.86 g; Tłuszcz: 54.82 g; Kw. tł. nasy.: 23.17 g; Węglowodany ogółem: 336.26 g; W tym cukry: 83.15 g; Błonnik pok.: 20.91 g; Sól: 6.08 g;	Wartość energetyczna: 2343.11 kcal; Białko ogółem: 111.22 g; Tłuszcz: 74.71 g; Kw. tł. nasy.: 26.10 g; Węglowodany ogółem: 325.77 g; W tym cukry: 43.00 g; Błonnik pok.: 47.08 g; Sól: 9.82 g;	Wartość energetyczna: 2335.90 kcal; Białko ogółem: 91.41 g; Tłuszcz: 57.65 g; Kw. tł. nasy.: 23.66 g; Węglowodany ogółem: 374.38 g; W tym cukry: 82.82 g; Błonnik pok.: 25.01 g; Sól: 7.18 g;	Wartość energetyczna: 1791.19 kcal; Białko ogółem: 83.50 g; Tłuszcz: 56.15 g; Kw. tł. nasy.: 24.65 g; Węglowodany ogółem: 247.19 g; W tym cukry: 62.97 g; Błonnik pok.: 18.69 g; Sól: 5.34 g;	Wartość energetyczna: 2061.20 kcal; Białko ogółem: 91.89 g; Tłuszcz: 69.91 g; Kw. tł. nasy.: 31.94 g; Węglowodany ogółem: 277.08 g; W tym cukry: 73.52 g; Błonnik pok.: 21.61 g; Sól: 6.01 g;	Wartość energetyczna: 2375.23 kcal; Białko ogółem: 109.41 g; Tłuszcz: 79.72 g; Kw. tł. nasy.: 36.09 g; Węglowodany ogółem: 317.85 g; W tym cukry: 80.52 g; Błonnik pok.: 24.80 g; Sól: 7.49 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	
2024-05-05 niedziela	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLUOW, PSZ, GLU ŻYT.) 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) Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLUOW, PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Banan 150 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLUOW, PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLUOW, PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Banan 150 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 150 ml (MLE, GLUOW, PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Ogórek świeży 40 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLUOW, PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Ogórek świeży 50 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLUOW, PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
		IL/ŚN	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt						
2024-05-05 niedziela	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Surówka Coleslaw (bez mleka) 130 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka Coleslaw (bez mleka) 130 g (JAJ, GOR.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 60 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Surówka Coleslaw (bez mleka) 130 g (JAJ, GOR.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 60 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 200 ml (GLU PSZ, SEL.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 100 g Surówka Coleslaw (bez mleka) 100 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (GLU PSZ, SEL.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 120 g Surówka Coleslaw (bez mleka) 100 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (GLU PSZ, SEL.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 140 g Surówka Coleslaw (bez mleka) 130 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
		PD	Kefir 2,0% tł 150g 1 szt (MLE) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.)						
2024-05-05 niedziela	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 twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (MLE) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (MLE) Pomidor 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, MLE.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE) Pomidor 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, MLE.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
		PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chalka 50 g (GLU PSZ, JAJ.)						
		Wartość energetyczna: 2406.43 kcal; Białko ogółem: 118.20 g; Tłuszcz: 75.53 g; Kw. tł. nasy.: 28.46 g; Węglowodany ogółem: 328.34 g; W tym cukry: 66.69 g; Błonnik pok.: 26.88 g; Sól: 7.82 g;	Wartość energetyczna: 2581.81 kcal; Białko ogółem: 120.45 g; Tłuszcz: 75.02 g; Kw. tł. nasy.: 28.51 g; Węglowodany ogółem: 370.17 g; W tym cukry: 92.72 g; Błonnik pok.: 25.21 g; Sól: 7.86 g;	Wartość energetyczna: 2373.13 kcal; Białko ogółem: 95.86 g; Tłuszcz: 55.81 g; Kw. tł. nasy.: 22.16 g; Węglowodany ogółem: 384.04 g; W tym cukry: 95.41 g; Błonnik pok.: 23.07 g; Sól: 6.14 g;	Wartość energetyczna: 2294.39 kcal; Białko ogółem: 123.49 g; Tłuszcz: 81.63 g; Kw. tł. nasy.: 28.32 g; Węglowodany ogółem: 288.35 g; W tym cukry: 34.41 g; Błonnik pok.: 43.51 g; Sól: 9.52 g;	Wartość energetyczna: 2559.57 kcal; Białko ogółem: 117.24 g; Tłuszcz: 71.32 g; Kw. tł. nasy.: 27.31 g; Węglowodany ogółem: 376.80 g; W tym cukry: 94.52 g; Błonnik pok.: 25.50 g; Sól: 7.17 g;	Wartość energetyczna: 1819.14 kcal; Białko ogółem: 90.04 g; Tłuszcz: 57.40 g; Kw. tł. nasy.: 20.14 g; Węglowodany ogółem: 243.83 g; W tym cukry: 103.85 g; Błonnik pok.: 13.33 g; Sól: 3.44 g;	Wartość energetyczna: 1955.11 kcal; Białko ogółem: 96.72 g; Tłuszcz: 67.04 g; Kw. tł. nasy.: 25.87 g; Węglowodany ogółem: 250.52 g; W tym cukry: 105.20 g; Błonnik pok.: 14.48 g; Sól: 3.96 g;	Wartość energetyczna: 2230.37 kcal; Białko ogółem: 110.63 g; Tłuszcz: 73.04 g; Kw. tł. nasy.: 27.88 g; Węglowodany ogółem: 293.80 g; W tym cukry: 113.55 g; Błonnik pok.: 17.63 g; Sól: 4.96 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia
Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Dżem 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Słupki z marchewki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 30 g (MLE) Słupki z marchewki 50 g		
Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Mięso drobiowe mielone w sosie w 80 g (GLU PSZ) Szpinak gotowany z olejem* 130 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos majerankowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 130 g Szpinak gotowany z olejem* 60 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 120 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
PD				Maślanka 150 ml (MLE) Melon 150 g		Melon 150 g		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Dynia z wody 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Dynia z wody 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Dynia z wody 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Ogórek kiszony 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser żółty 40 g (MLE) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałata zielona 10 g		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałata zielona 10 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałata zielona 10 g
	Wartość energetyczna: 2242.70 kcal; Białko ogółem: 76.73 g; Tłuszcz: 56.84 g; Kw. tł. nasy.: 30.12 g; Węglowodany ogółem: 373.74 g; W tym cukry: 100.31 g; Błonnik pok.: 27.30 g; Sól: 10.22 g;	Wartość energetyczna: 2302.95 kcal; Białko ogółem: 77.77 g; Tłuszcz: 44.42 g; Kw. tł. nasy.: 22.60 g; Węglowodany ogółem: 409.66 g; W tym cukry: 132.11 g; Błonnik pok.: 21.69 g; Sól: 7.89 g;	Wartość energetyczna: 2338.00 kcal; Białko ogółem: 96.23 g; Tłuszcz: 56.73 g; Kw. tł. nasy.: 23.21 g; Węglowodany ogółem: 367.95 g; W tym cukry: 92.96 g; Błonnik pok.: 19.79 g; Sól: 6.90 g;	Wartość energetyczna: 2233.59 kcal; Białko ogółem: 99.50 g; Tłuszcz: 70.75 g; Kw. tł. nasy.: 30.04 g; Węglowodany ogółem: 320.95 g; W tym cukry: 45.25 g; Błonnik pok.: 50.17 g; Sól: 10.16 g;	Wartość energetyczna: 2322.95 kcal; Białko ogółem: 80.57 g; Tłuszcz: 44.62 g; Kw. tł. nasy.: 22.57 g; Węglowodany ogółem: 411.06 g; W tym cukry: 133.31 g; Błonnik pok.: 20.19 g; Sól: 7.24 g;	Wartość energetyczna: 1533.69 kcal; Białko ogółem: 62.64 g; Tłuszcz: 43.05 g; Kw. tł. nasy.: 23.25 g; Węglowodany ogółem: 235.13 g; W tym cukry: 94.24 g; Błonnik pok.: 13.71 g; Sól: 5.27 g;	Wartość energetyczna: 1713.54 kcal; Białko ogółem: 64.49 g; Tłuszcz: 53.42 g; Kw. tł. nasy.: 29.82 g; Węglowodany ogółem: 256.17 g; W tym cukry: 106.30 g; Błonnik pok.: 15.51 g; Sól: 5.81 g;	Wartość energetyczna: 2028.39 kcal; Białko ogółem: 75.93 g; Tłuszcz: 60.42 g; Kw. tł. nasy.: 33.26 g; Węglowodany ogółem: 309.14 g; W tym cukry: 111.03 g; Błonnik pok.: 18.79 g; Sól: 7.85 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	
2024-05-07 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ) 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) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 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	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szyńska tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 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 b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyńska tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 150 ml (MLE, GLU JECZ) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 200 ml (MLE, GLU JECZ) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) 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
					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Banan 150 g		
	Obiad	Jarzynowa z makaronem (bez mleką)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Filet z kurczaka pieczony 80 g (GLU PSZ) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka wykwinna z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleką)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Filet z kurczaka pieczony 80 g (GLU PSZ) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleką)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mleką)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Filet z kurczaka pieczony 80 g (GLU PSZ) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka wykwinna z olejem b/c 130 g Kalafior gotowany* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleką)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Filet z kurczaka pieczony 80 g (GLU PSZ) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleką)* 200 ml (GLU PSZ, SEL) Filet z kurczaka pieczony 50 g (GLU PSZ) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleką)* 300 ml (GLU PSZ, SEL) Filet z kurczaka pieczony 50 g (GLU PSZ) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 120 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleką)* 300 ml (GLU PSZ, SEL) Filet z kurczaka pieczony 80 g (GLU PSZ) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka wykwinna z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
					Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ) Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt		
	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) Szyńska dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyńska dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szyńska dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyńska dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyńska dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyńska dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyńska dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyńska dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
					Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Sałata zielona 10 g		Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Sałata zielona 10 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Sałata zielona 10 g
	PN	Wartość energetyczna: 2168.14 kcal; Białko ogółem: 95.39 g; Tłuszcz: 61.06 g; Kw. tł. nasy.: 23.37 g; Węglowodany ogółem: 324.99 g; W tym cukry: 60.27 g; Błonnik pok.: 32.31 g; Sól: 9.40 g;	Wartość energetyczna: 2159.65 kcal; Białko ogółem: 94.67 g; Tłuszcz: 51.11 g; Kw. tł. nasy.: 22.67 g; Węglowodany ogółem: 343.40 g; W tym cukry: 72.00 g; Błonnik pok.: 27.72 g; Sól: 9.62 g;	Wartość energetyczna: 2140.45 kcal; Białko ogółem: 86.25 g; Tłuszcz: 49.71 g; Kw. tł. nasy.: 20.75 g; Węglowodany ogółem: 348.27 g; W tym cukry: 74.33 g; Błonnik pok.: 23.11 g; Sól: 8.60 g;	Wartość energetyczna: 2135.93 kcal; Białko ogółem: 103.26 g; Tłuszcz: 66.84 g; Kw. tł. nasy.: 23.55 g; Węglowodany ogółem: 299.03 g; W tym cukry: 27.59 g; Błonnik pok.: 42.36 g; Sól: 10.44 g;	Wartość energetyczna: 2093.08 kcal; Białko ogółem: 92.02 g; Tłuszcz: 44.11 g; Kw. tł. nasy.: 19.64 g; Węglowodany ogółem: 344.05 g; W tym cukry: 73.10 g; Błonnik pok.: 26.18 g; Sól: 9.43 g;	Wartość energetyczna: 1485.55 kcal; Białko ogółem: 66.02 g; Tłuszcz: 40.00 g; Kw. tł. nasy.: 15.33 g; Węglowodany ogółem: 222.14 g; W tym cukry: 98.15 g; Błonnik pok.: 15.38 g; Sól: 4.81 g;	Wartość energetyczna: 1565.65 kcal; Białko ogółem: 64.42 g; Tłuszcz: 46.80 g; Kw. tł. nasy.: 19.86 g; Węglowodany ogółem: 229.45 g; W tym cukry: 100.64 g; Błonnik pok.: 17.10 g; Sól: 4.99 g;	Wartość energetyczna: 1976.51 kcal; Białko ogółem: 87.94 g; Tłuszcz: 58.90 g; Kw. tł. nasy.: 22.99 g; Węglowodany ogółem: 284.29 g; W tym cukry: 107.76 g; Błonnik pok.: 23.35 g; Sól: 6.63 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	
2024-05-08 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLUOW,) 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 Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLUOW,) 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 Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLUOW,) 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	Kefir 2.0% tł 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 Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLUOW,) 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 Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 150 ml (MLE, GLUOW,) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Serek a' la homogenizowany 50 g (MLE) Pomidor 40 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLUOW,) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a' la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLUOW,) 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 Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
					Chleb razowy żytnio-pszenny 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 b/c 300 ml		Gruszka 150 g		
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 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 JEJCZ,) Cukinia gotowana z pomidorami* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	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 JEJCZ,) Cukinia gotowana z pomidorami* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	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 JEJCZ,) Cukinia gotowana z pomidorami* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 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 JEJCZ,) Cukinia gotowana z pomidorami* 60 g Surówka z marchwi z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	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 JEJCZ,) Cukinia gotowana z pomidorami* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	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 JEJCZ,) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	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 JEJCZ,) Surówka z marchwi z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	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 JEJCZ,) Surówka z marchwi z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
					Maślanka 150 ml (MLE,) Gruszka 150 g		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE)		
	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 szczeciński 100 g (RYB, SOJ,) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	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 gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Paprykarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ,) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	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 gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Paprykarz szczeciński 50 g (RYB, SOJ,) Ogórek kiszony 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, SOJ,) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Paprykarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ,) 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) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ,) Sałata zielona 10 g	Masło extra 82% 5 g (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ,) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ,) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ,) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ,) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ,) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ,) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ,) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2376.05 kcal; Białko ogółem: 91.91 g; Tłuszcz: 70.66 g; Kw. tł. nasy.: 25.36 g; Węglowodany ogółem: 359.40 g; W tym cukry: 62.67 g; Błonnik pok.: 34.55 g; Sól: 11.13 g;	Wartość energetyczna: 2481.76 kcal; Białko ogółem: 88.46 g; Tłuszcz: 54.06 g; Kw. tł. nasy.: 23.30 g; Węglowodany ogółem: 420.38 g; W tym cukry: 114.41 g; Błonnik pok.: 23.54 g; Sól: 9.26 g;	Wartość energetyczna: 2522.08 kcal; Białko ogółem: 94.61 g; Tłuszcz: 54.44 g; Kw. tł. nasy.: 23.21 g; Węglowodany ogółem: 422.13 g; W tym cukry: 116.81 g; Błonnik pok.: 18.94 g; Sól: 7.63 g;	Wartość energetyczna: 2286.99 kcal; Białko ogółem: 99.47 g; Tłuszcz: 73.03 g; Kw. tł. nasy.: 22.92 g; Węglowodany ogółem: 331.99 g; W tym cukry: 49.14 g; Błonnik pok.: 48.58 g; Sól: 11.45 g;	Wartość energetyczna: 2286.99 kcal; Białko ogółem: 91.26 g; Tłuszcz: 54.26 g; Kw. tł. nasy.: 23.27 g; Węglowodany ogółem: 421.78 g; W tym cukry: 115.61 g; Błonnik pok.: 22.04 g; Sól: 8.61 g;	Wartość energetyczna: 1506.43 kcal; Białko ogółem: 64.34 g; Tłuszcz: 40.47 g; Kw. tł. nasy.: 16.47 g; Węglowodany ogółem: 230.26 g; W tym cukry: 73.83 g; Błonnik pok.: 18.27 g; Sól: 4.88 g;	Wartość energetyczna: 1711.55 kcal; Białko ogółem: 69.12 g; Tłuszcz: 58.74 g; Kw. tł. nasy.: 22.98 g; Węglowodany ogółem: 236.94 g; W tym cukry: 77.79 g; Błonnik pok.: 20.75 g; Sól: 6.19 g;	Wartość energetyczna: 2044.88 kcal; Białko ogółem: 86.59 g; Tłuszcz: 67.79 g; Kw. tł. nasy.: 25.63 g; Węglowodany ogółem: 284.17 g; W tym cukry: 84.19 g; Błonnik pok.: 25.21 g; Sól: 8.27 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) mielona Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Słupki z marchewki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Banan 150 g	
Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Sos boloński z mięsa wieprz top* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z rzodkwi i jabłka z olejem () b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sos boloński z mięsa wieprz top* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sos boloński z mięsa wieprz top* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z rzodkwi i jabłka z olejem () b/c 130 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z mięsa wieprz top* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z mięsa wieprz top* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 200 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sos boloński z mięsa wieprz top* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z rzodkwi i jabłka z olejem () b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sos boloński z mięsa wieprz top* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 140 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z rzodkwi i jabłka z olejem () b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sos boloński z mięsa wieprz top* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 140 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z rzodkwi i jabłka z olejem () b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
PD				Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)			Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasztet z fasoli* 100 g (<u>JAJ</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) mielona Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ</u>) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasztet z fasoli* 100 g (<u>JAJ</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ</u>) Ogórek świeży 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ</u>) Ogórek świeży 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u>)	Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) mielona Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 10 g		Sałata zielona 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u>)
	Wartość energetyczna: 2432.68 kcal; Białko ogółem: 87.06 g; Tłuszcz: 70.02 g; Kw. tł. nasy.: 24.51 g; Węglowodany ogółem: 382.50 g; W tym cukry: 62.50 g; Błonnik pok.: 37.72 g; Sól: 7.85 g;	Wartość energetyczna: 2187.32 kcal; Białko ogółem: 84.51 g; Tłuszcz: 48.75 g; Kw. tł. nasy.: 21.41 g; Węglowodany ogółem: 361.55 g; W tym cukry: 69.15 g; Błonnik pok.: 22.76 g; Sól: 9.00 g;	Wartość energetyczna: 2276.03 kcal; Białko ogółem: 88.58 g; Tłuszcz: 54.92 g; Kw. tł. nasy.: 21.52 g; Węglowodany ogółem: 368.79 g; W tym cukry: 76.94 g; Błonnik pok.: 22.90 g; Sól: 7.55 g;	Wartość energetyczna: 2399.48 kcal; Białko ogółem: 102.34 g; Tłuszcz: 74.07 g; Kw. tł. nasy.: 24.89 g; Węglowodany ogółem: 350.69 g; W tym cukry: 34.70 g; Błonnik pok.: 55.51 g; Sól: 7.65 g;	Wartość energetyczna: 2256.83 kcal; Białko ogółem: 85.33 g; Tłuszcz: 54.75 g; Kw. tł. nasy.: 21.59 g; Węglowodany ogółem: 368.64 g; W tym cukry: 75.81 g; Błonnik pok.: 26.10 g; Sól: 8.52 g;	Wartość energetyczna: 1571.94 kcal; Białko ogółem: 59.44 g; Tłuszcz: 39.54 g; Kw. tł. nasy.: 15.40 g; Węglowodany ogółem: 253.31 g; W tym cukry: 96.33 g; Błonnik pok.: 16.15 g; Sól: 3.99 g;	Wartość energetyczna: 1681.01 kcal; Białko ogółem: 59.12 g; Tłuszcz: 46.42 g; Kw. tł. nasy.: 19.96 g; Węglowodany ogółem: 266.12 g; W tym cukry: 107.17 g; Błonnik pok.: 17.23 g; Sól: 4.31 g;	Wartość energetyczna: 1873.55 kcal; Białko ogółem: 67.30 g; Tłuszcz: 49.80 g; Kw. tł. nasy.: 20.53 g; Węglowodany ogółem: 300.05 g; W tym cukry: 108.91 g; Błonnik pok.: 20.93 g; Sól: 6.06 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	
2024-05-10 piątek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Dżem 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek 50 g (MLE) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 50 g (MLE) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
	II ŚN			Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Łopatką zbojnicka wędzona 30 g (SOJ.) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Jabłko 150 g		
	Obiad	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL, GLU JEJCZ.) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL, GLU JEJCZ.) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB.) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL, GLU JEJCZ.) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 130 g Warzywa po grecku* 60 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL, GLU JEJCZ.) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB.) Warzywa po grecku* 130 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 200 ml (MLE, SEL, GLU JEJCZ.) Ryba pieczona (Miruna) 60 g (RYB.) Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 300 ml (MLE, SEL, GLU JEJCZ.) Ryba pieczona (Miruna) 60 g (RYB.) Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 120 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 300 ml (MLE, SEL, GLU JEJCZ.) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB.) Warzywa po grecku* 130 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 140 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 300 ml (MLE, SEL, GLU JEJCZ.) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB.) Warzywa po grecku* 130 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 140 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD				Maślanka 150 ml (MLE) Słupki z marchewki 50 g		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt		
	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) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor 40 g Rzodkiewka 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szyńska Konserwowa wędzona, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (SOJ.) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor 40 g Rzodkiewka 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyńska Konserwowa wędzona, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (SOJ.) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Rzodkiewka 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Rzodkiewka 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 40 g Rzodkiewka 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
	FN	Szyńska Ojca Grzegorza wędzona 30 g (SOJ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Sałata zielona 10 g	Masło extra 82% 5 g (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szyńska Ojca Grzegorza wędzona 30 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyńska Ojca Grzegorza wędzona 30 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyńska Ojca Grzegorza wędzona 30 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyńska Ojca Grzegorza wędzona 30 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Szyńska Ojca Grzegorza wędzona 30 g (SOJ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyńska Ojca Grzegorza wędzona 30 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Sałata zielona 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyńska Ojca Grzegorza wędzona 30 g (SOJ.)
	Wartość energetyczna: 2199.58 kcal; Białko ogółem: 92.64 g; Tłuszcz: 58.73 g; Kw. tł. nasy.: 24.10 g; Węglowodany ogółem: 339.59 g; W tym cukry: 70.60 g; Błonnik pok.: 32.01 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 2309.26 kcal; Białko ogółem: 96.37 g; Tłuszcz: 57.18 g; Kw. tł. nasy.: 23.85 g; Węglowodany ogółem: 365.27 g; W tym cukry: 91.08 g; Błonnik pok.: 22.59 g; Sól: 7.34 g;	Wartość energetyczna: 2233.07 kcal; Białko ogółem: 92.49 g; Tłuszcz: 48.78 g; Kw. tł. nasy.: 20.78 g; Węglowodany ogółem: 365.27 g; W tym cukry: 92.21 g; Błonnik pok.: 19.39 g; Sól: 7.29 g;	Wartość energetyczna: 2042.16 kcal; Białko ogółem: 99.98 g; Tłuszcz: 59.20 g; Kw. tł. nasy.: 21.84 g; Węglowodany ogółem: 299.50 g; W tym cukry: 44.72 g; Błonnik pok.: 45.32 g; Sól: 8.76 g;	Wartość energetyczna: 2213.87 kcal; Białko ogółem: 89.24 g; Tłuszcz: 48.61 g; Kw. tł. nasy.: 20.85 g; Węglowodany ogółem: 365.12 g; W tym cukry: 91.08 g; Błonnik pok.: 22.59 g; Sól: 8.26 g;	Wartość energetyczna: 1379.11 kcal; Białko ogółem: 63.61 g; Tłuszcz: 34.91 g; Kw. tł. nasy.: 15.21 g; Węglowodany ogółem: 208.88 g; W tym cukry: 86.43 g; Błonnik pok.: 15.82 g; Sól: 3.34 g;	Wartość energetyczna: 1468.18 kcal; Białko ogółem: 61.88 g; Tłuszcz: 41.90 g; Kw. tł. nasy.: 19.75 g; Węglowodany ogółem: 218.09 g; W tym cukry: 88.90 g; Błonnik pok.: 17.50 g; Sól: 3.46 g;	Wartość energetyczna: 1761.09 kcal; Białko ogółem: 79.34 g; Tłuszcz: 47.47 g; Kw. tł. nasy.: 21.81 g; Węglowodany ogółem: 262.55 g; W tym cukry: 97.72 g; Błonnik pok.: 20.70 g; Sól: 4.40 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	
2024-05-12 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ,) 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, parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (SOJ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jęczmienna 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,) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (SOJ,) Dżem 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (SOJ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jęczmienna 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,) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ,) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU, PSZ, SOJ,) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ,) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU, PSZ, SOJ,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU, PSZ, SOJ,) Pomidor 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,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Rzodkiew biała 50 g	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL,) Bitka schabowa 80 g (GLU, PSZ, SEL,) Sos własny () 80 ml (GLU, PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU, PSZ, SEL,) Bitka schabowa 80 g (GLU, PSZ,) Sos własny () 80 ml (GLU, PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane 180 g Szpinaż gotowany z olejem* 130 g (GLU, PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym * b/mleka 400 ml (GLU, PSZ, SEL,) Bitka schabowa 80 g (GLU, PSZ,) Sos własny () 80 ml (GLU, PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane 180 g Szpinaż gotowany z olejem* 60 g (GLU, PSZ,) Surówka wielowarzynna z olejem b/c 130 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU, PSZ, SEL,) Bitka schabowa 80 g (GLU, PSZ,) Sos własny () 80 ml (GLU, PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane 180 g Szpinaż gotowany z olejem* 130 g (GLU, PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 200 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL,) Bitka schabowa 60 g (GLU, PSZ,) Sos własny () 80 ml (GLU, PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane 100 g Surówka wielowarzynna z olejem b/c 130 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL,) Bitka schabowa 60 g (GLU, PSZ,) Sos własny () 80 ml (GLU, PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane 120 g Surówka wielowarzynna z olejem b/c 130 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL,) Bitka schabowa 80 g (GLU, PSZ,) Sos własny () 80 ml (GLU, PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane 140 g Surówka wielowarzynna z olejem b/c 130 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	
	PD			Maślanka 150 ml (MLE) Jabłko 150 g			Jabłko 150 g		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU, PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Ogórek kiszony 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser żółty 40 g (MLE) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
	PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SO2,)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SO2,) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (może zawierać: GLU, PSZ, MLE, GOR,) Sałata zielona 10 g	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SO2,) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SO2,)			
		Wartość energetyczna: 2470.63 kcal; Białko ogółem: 97.59 g; Tłuszcz: 77.11 g; Kw. tł. nasy.: 33.20 g; Węglowodany ogółem: 361.64 g; W tym cukry: 81.28 g; Błonnik pok.: 30.80 g; Sól: 8.92 g;	Wartość energetyczna: 2526.13 kcal; Białko ogółem: 105.11 g; Tłuszcz: 63.34 g; Kw. tł. nasy.: 25.51 g; Węglowodany ogółem: 394.74 g; W tym cukry: 113.72 g; Błonnik pok.: 19.98 g; Sól: 6.91 g;	Wartość energetyczna: 2537.49 kcal; Białko ogółem: 107.15 g; Tłuszcz: 63.44 g; Kw. tł. nasy.: 25.46 g; Węglowodany ogółem: 394.58 g; W tym cukry: 114.38 g; Błonnik pok.: 17.72 g; Sól: 6.26 g;	Wartość energetyczna: 2133.84 kcal; Białko ogółem: 104.15 g; Tłuszcz: 68.49 g; Kw. tł. nasy.: 26.16 g; Węglowodany ogółem: 296.62 g; W tym cukry: 53.15 g; Błonnik pok.: 43.81 g; Sól: 9.60 g;	Wartość energetyczna: 2526.13 kcal; Białko ogółem: 105.11 g; Tłuszcz: 63.34 g; Kw. tł. nasy.: 25.51 g; Węglowodany ogółem: 394.74 g; W tym cukry: 113.72 g; Błonnik pok.: 18.63 g; Sól: 6.01 g;	Wartość energetyczna: 1910.86 kcal; Białko ogółem: 88.37 g; Tłuszcz: 64.91 g; Kw. tł. nasy.: 27.48 g; Węglowodany ogółem: 251.90 g; W tym cukry: 79.25 g; Błonnik pok.: 18.63 g; Sól: 6.46 g;	Wartość energetyczna: 2008.87 kcal; Białko ogółem: 88.19 g; Tłuszcz: 74.10 g; Kw. tł. nasy.: 33.52 g; Węglowodany ogółem: 256.80 g; W tym cukry: 80.20 g; Błonnik pok.: 19.70 g; Sól: 6.46 g;	Wartość energetyczna: 2236.07 kcal; Białko ogółem: 100.72 g; Tłuszcz: 80.90 g; Kw. tł. nasy.: 36.27 g; Węglowodany ogółem: 287.09 g; W tym cukry: 81.06 g; Błonnik pok.: 22.10 g; Sól: 8.09 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,