

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA WARSZAWA WIM SZASERÓW

	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 Nisko tłuszczowa	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	W-wa- PIM MSWiA Transplantologia
Śniadanie	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ</u>) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ</u>) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) mielona Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ</u>) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ</u>) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Platki pszenne na mleku 150 ml (<u>GLUPSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony osłonce niejadalnej 20 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Platki pszenne na mleku 200 ml (<u>GLUPSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ</u>) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
II, SN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Stupki z marchewki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Jabłko 150 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony osłonce niejadalnej 30 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLUPSZ, SEL</u>) Dynia z wody 50 g
Obiad	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLUPSZ, SOJ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g Surówka z pora i jabłka z koperkiem (z olejem) 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (<u>SEL</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLUPSZ, SOJ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (<u>SEL</u>) Pulpet mięsno-warzywny* (drobiowy) 80 g (<u>GLUPSZ, JAJ, SEL</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLUPSZ, MLE</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g Surówka z pora i jabłka z koperkiem (z olejem) 130 g Kalafor gotowany* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (<u>SEL</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLUPSZ, SOJ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g Surówka z pora i jabłka z koperkiem (z olejem) 130 g Kalafor gotowany* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (<u>SEL</u>) Pulpet mięsno-warzywny* (drobiowy) 80 g (<u>GLUPSZ, JAJ, SEL</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLUPSZ, MLE</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g Surówka z pora i jabłka z koperkiem (z olejem) 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 200 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLUPSZ, SOJ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane 120 g Surówka z pora i jabłka z koperkiem (z olejem) 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLUPSZ, SOJ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane 140 g Surówka z pora i jabłka z koperkiem (z olejem) 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLUPSZ, SOJ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane 140 g Surówka z pora i jabłka z koperkiem (z olejem) 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Wartość * 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Pulpet mięsno-warzywny* (drobiowy) 80 g (<u>GLUPSZ, JAJ, SEL</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLUPSZ, MLE</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g Sznajpek gotowany z olejem* 130 g (<u>GLUPSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
PD				Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)			Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g
Kolejnia	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szpryt w sosie pomidorowym 100 g (<u>RYB, SEL</u>) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg 100 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szpryt w sosie pomidorowym 100 g (<u>RYB, SEL</u>) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (<u>GLUPSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLUPSZ, SOJ</u>) Salata zielona 10 g		Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) mielona Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLUPSZ, SOJ</u>) Salata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLUPSZ, SOJ</u>) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLUPSZ, SOJ</u>) Salata zielona 10 g		Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLUPSZ, SOJ</u>) Salata zielona 10 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLUPSZ, SOJ</u>)
	Wartość energetyczna: 2159,07 kcal; Białko ogółem: 71.61 g; Tłuszcz: 66.69 g; Kw. tł. nasy.: 26.65 g; Węglowodany ogółem: 334.22 g; W tym cukry: 73.66 g; Błonnik pok.: 34.61 g; Sól: 9.15 g;	Wartość energetyczna: 2158,05 kcal; Białko ogółem: 79.42 g; Tłuszcz: 62.68 g; Kw. tł. nasy.: 25.03 g; Węglowodany ogółem: 331.24 g; W tym cukry: 70.63 g; Błonnik pok.: 26.63 g; Sól: 8.32 g;	Wartość energetyczna: 2180,81 kcal; Białko ogółem: 89.53 g; Tłuszcz: 61.19 g; Kw. tł. nasy.: 25.44 g; Węglowodany ogółem: 328.11 g; W tym cukry: 68.46 g; Błonnik pok.: 21.91 g; Sól: 7.22 g;	Wartość energetyczna: 2104,52 kcal; Białko ogółem: 83.66 g; Tłuszcz: 72.95 g; Kw. tł. nasy.: 31.18 g; Węglowodany ogółem: 327.81 g; W tym cukry: 49.61 g; Błonnik pok.: 47.91 g; Sól: 9.04 g;	Wartość energetyczna: 2171,49 kcal; Białko ogółem: 88.15 g; Tłuszcz: 61.33 g; Kw. tł. nasy.: 25.71 g; Węglowodany ogółem: 327.81 g; W tym cukry: 67.12 g; Błonnik pok.: 25.11 g; Sól: 8.18 g;	Wartość energetyczna: 1475,31 kcal; Białko ogółem: 54.28 g; Tłuszcz: 46.94 g; Kw. tł. nasy.: 18.71 g; Węglowodany ogółem: 217.71 g; W tym cukry: 98.24 g; Błonnik pok.: 19.55 g; Sól: 4.48 g;	Wartość energetyczna: 1571,97 kcal; Białko ogółem: 55.00 g; Tłuszcz: 56.13 g; Kw. tł. nasy.: 24.17 g; Węglowodany ogółem: 221.16 g; W tym cukry: 101.59 g; Błonnik pok.: 20.79 g; Sól: 4.85 g;	Wartość energetyczna: 1888,51 kcal; Białko ogółem: 73.69 g; Tłuszcz: 63.88 g; Kw. tł. nasy.: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 265.66 g; W tym cukry: 112.01 g; Błonnik pok.: 24.21 g; Sól: 5.94 g;	Wartość energetyczna: 2230,90 kcal; Białko ogółem: 92.14 g; Tłuszcz: 61.02 g; Kw. tł. nasy.: 27.93 g; Węglowodany ogółem: 336.07 g; W tym cukry: 57.67 g; Błonnik pok.: 23.47 g; Sól: 9.88 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA WARSZAWA WIM SZASERÓW

	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	W-wa- PIM MSWiA Transplantologia
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 wiewprzowych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Ogórek świeży 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 świeży 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 świeży 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 świeży 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% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 50 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Cukinia pieczona z olejem () 50 g
II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 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) Pomidor 50 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Cukinia pieczona z olejem () 50 g
Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Bitka wiewprzowa z szynki duszona 80 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makaron 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 wiewprzowa z szynki duszona 80 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makaron 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 wiewprzowa z szynki duszona 80 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makaron pełnoziarnisty 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 wiewprzowa z szynki duszona 80 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makaron 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 wiewprzowa z szynki duszona 80 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makaron 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 wiewprzowa z szynki duszona 60 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makaron 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 wiewprzowa z szynki duszona 80 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makaron 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 wiewprzowa z szynki duszona 80 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makaron 140 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) Szynka wiewprzowa gotowana 80 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makaron 180 g (GLU PSZ) Dymna z wody 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
PD				Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Wafle ryżowe 30 g			Sałatka owocowa - dieta (jabł,ban,brzoskwinia) 150 g		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Wafle ryżowe 30 g
Kolejaga	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 wiewprzowy średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Surówka z marchwi i selera naciowego z olejem 80 g (SEL) 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 wiewprzowy średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Dżem 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wiewprzowy średnio rozdrobniony parzony, wędzony 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 indykami produkt drobiowy z dodatkiem wiewprzowy średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Surówka z marchwi i selera naciowego z olejem 80 g (SEL) 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 indykami produkt drobiowy z dodatkiem wiewprzowy średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Surówka z marchwi i selera naciowego z olejem 40 g (SEL) Dżem 80 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 wiewprzowy średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Surówka z marchwi i selera naciowego z olejem 40 g (SEL) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wiewprzowy średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Surówka z marchwi i selera naciowego z olejem 50 g (SEL) 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 wiewprzowy średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Surówka z marchwi i selera naciowego z olejem 80 g (SEL) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wiewprzowy średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Mus z jabłek () b/c 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) 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 zapiekany-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony,parzony,zapiek any z dod.biał.mleka w osłonce niejadalnej. 30 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL.) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony,parzony,zapiek any z dod.biał.mleka w osłonce niejadalnej. 30 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL.) Sałata zielona 10 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 zapiekany-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony,parzony,zapiek any z dod.biał.mleka w osłonce niejadalnej. 30 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL.) 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		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony,parzony,zapiek any z dod.biał.mleka w osłonce niejadalnej. 30 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL.)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA WARSZAWA WIM SZASERÓW

	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	W-wa- PIM MSWiA Transplantologia
2024-08-20 wtorek	Wartość energetyczna: 2439.85 kcal; Białko ogółem: 100.02 g; Tłuszcz: 78.19 g; Kw. tł. nasy.: 30.68 g; Weglowodany ogółem: 349.66 g; W tym cukry: 56.40 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 9.64 g;	Wartość energetyczna: 2384.89 kcal; Białko ogółem: 90.99 g; Tłuszcz: 53.93 g; Kw. tł. nasy.: 22.35 g; Weglowodany ogółem: 393.20 g; W tym cukry: 101.63 g; Błonnik pok.: 24.33 g; Sól: 10.22 g;	Wartość energetyczna: 2422.16 kcal; Białko ogółem: 91.06 g; Tłuszcz: 53.77 g; Kw. tł. nasy.: 22.66 g; Weglowodany ogółem: 401.57 g; W tym cukry: 104.07 g; Błonnik pok.: 19.84 g; Sól: 8.44 g;	Wartość energetyczna: 2321.63 kcal; Białko ogółem: 106.34 g; Tłuszcz: 77.97 g; Kw. tł. nasy.: 28.92 g; Weglowodany ogółem: 317.15 g; W tym cukry: 30.95 g; Błonnik pok.: 45.87 g; Sól: 9.06 g;	Wartość energetyczna: 2404.89 kcal; Białko ogółem: 93.79 g; Tłuszcz: 54.13 g; Kw. tł. nasy.: 22.32 g; Weglowodany ogółem: 394.60 g; W tym cukry: 102.83 g; Błonnik pok.: 22.83 g; Sól: 9.57 g;	Wartość energetyczna: 1735.25 kcal; Białko ogółem: 75.97 g; Tłuszcz: 59.29 g; Kw. tł. nasy.: 25.60 g; Weglowodany ogółem: 233.74 g; W tym cukry: 57.65 g; Błonnik pok.: 15.64 g; Sól: 4.85 g;	Wartość energetyczna: 1961.88 kcal; Białko ogółem: 85.66 g; Tłuszcz: 71.84 g; Kw. tł. nasy.: 31.14 g; Weglowodany ogółem: 254.27 g; W tym cukry: 60.65 g; Błonnik pok.: 18.16 g; Sól: 5.76 g;	Wartość energetyczna: 2231.51 kcal; Białko ogółem: 96.12 g; Tłuszcz: 78.22 g; Kw. tł. nasy.: 32.70 g; Weglowodany ogółem: 298.57 g; W tym cukry: 66.99 g; Błonnik pok.: 21.91 g; Sól: 7.22 g;	Wartość energetyczna: 2251.72 kcal; Białko ogółem: 98.34 g; Tłuszcz: 54.40 g; Kw. tł. nasy.: 24.25 g; Weglowodany ogółem: 351.90 g; W tym cukry: 36.40 g; Błonnik pok.: 26.58 g; Sól: 11.28 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA WARSZAWA WIM SZASERÓW

	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	W-wa- PIM MSWiA Transplantologia
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.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Płat szynkowy - produkt 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, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Płat szynkowy - produkt 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, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Płat szynkowy - produkt 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.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Płat szynkowy - produkt 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, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Płat szynkowy - produkt 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, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt 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, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Płat szynkowy - produkt 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, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU PSZ, SOJ.) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Ogórek świeży 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.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode 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.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode 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.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 100 g Mizeria 100 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 120 g Mizeria 100 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 140 g Mizeria 130 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 180 g Cukinia pieczona z olejem () 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Arbuz 150 g			Arbuz 150 g		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Jabłko pieczone 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) Salatka wiosenna 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, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 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) Ser żółty 50 g (MLE) Salatka wiosenna 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 30 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Salatka wiosenna 40 g Salata 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, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Salatka wiosenna 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) Ser żółty 40 g (MLE) Salatka wiosenna 50 g Salata 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) Salatka wiosenna 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Salata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Salata zielona 10 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)
	Wartość energetyczna: 2289.81 kcal; Białko ogółem: 91.84 g; Tłuszcz: 70.33 g; Kw. tł. nasy.: 33.95 g; Węglowodany ogółem: 338.45 g; W tym cukry: 59.08 g; Błonnik pok.: 30.89 g; Sól: 9.18 g;	Wartość energetyczna: 2177.08 kcal; Białko ogółem: 89.56 g; Tłuszcz: 48.38 g; Kw. tł. nasy.: 22.16 g; Węglowodany ogółem: 358.60 g; W tym cukry: 83.45 g; Błonnik pok.: 21.99 g; Sól: 7.60 g;	Wartość energetyczna: 2210.85 kcal; Białko ogółem: 94.69 g; Tłuszcz: 49.27 g; Kw. tł. nasy.: 22.39 g; Węglowodany ogółem: 358.85 g; W tym cukry: 84.60 g; Błonnik pok.: 18.86 g; Sól: 6.82 g;	Wartość energetyczna: 2277.76 kcal; Białko ogółem: 104.88 g; Tłuszcz: 75.60 g; Kw. tł. nasy.: 34.04 g; Węglowodany ogółem: 316.72 g; W tym cukry: 52.97 g; Błonnik pok.: 41.96 g; Sól: 8.53 g;	Wartość energetyczna: 2176.43 kcal; Białko ogółem: 89.54 g; Tłuszcz: 48.38 g; Kw. tł. nasy.: 22.16 g; Węglowodany ogółem: 358.45 g; W tym cukry: 83.35 g; Błonnik pok.: 21.96 g; Sól: 7.59 g;	Wartość energetyczna: 1471.74 kcal; Białko ogółem: 64.96 g; Tłuszcz: 46.30 g; Kw. tł. nasy.: 24.34 g; Węglowodany ogółem: 208.89 g; W tym cukry: 92.21 g; Błonnik pok.: 10.86 g; Sól: 4.41 g;	Wartość energetyczna: 1712.66 kcal; Białko ogółem: 73.93 g; Tłuszcz: 65.98 g; Kw. tł. nasy.: 31.77 g; Węglowodany ogółem: 232.81 g; W tym cukry: 95.87 g; Błonnik pok.: 13.18 g; Sól: 5.20 g;	Wartość energetyczna: 1973.08 kcal; Białko ogółem: 84.12 g; Tłuszcz: 65.98 g; Kw. tł. nasy.: 35.33 g; Węglowodany ogółem: 274.10 g; W tym cukry: 102.62 g; Błonnik pok.: 16.66 g; Sól: 6.39 g;	Wartość energetyczna: 2169.27 kcal; Białko ogółem: 93.81 g; Tłuszcz: 59.16 g; Kw. tł. nasy.: 22.74 g; Węglowodany ogółem: 325.81 g; W tym cukry: 50.70 g; Błonnik pok.: 26.87 g; Sól: 8.98 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA WARSZAWA WIM SZASERÓW

	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	W-wa- PIM MSWiA Transplantologia
Sniadanie	Kasza kukurydziana 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) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Ogórek świeży 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.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/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) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Ogórek świeży 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 świeży 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 40 g (SOJ.) Ogórek świeży 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 świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (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 Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Pasztecik sojowy z pomidorami 50 g (SOJ, GOR.) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Banan 150 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Leczo z drobiem-dieta 150 g Ryż na sypko 180 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Leczo z drobiem-dieta 150 g Ryż na sypko 180 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE) 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 młode gotowane 180 g Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami z/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Leczo z drobiem-dieta 150 g Ryż na sypko (brązowy) 180 g Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Leczo z drobiem-dieta 150 g Ryż na sypko 180 g Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Leczo z drobiem-dieta 100 g Ryż na sypko 100 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Leczo z drobiem-dieta 120 g Ryż na sypko 120 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Leczo z drobiem-dieta 150 g Ryż na sypko 180 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Leczo z drobiem-dieta 150 g Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami z/c 300 ml
PD				Maślanka 150 ml (MLE) 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) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Słupki z marchewki 50 g		Maślanka 150 ml (MLE) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.)
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) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem 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 indykiem produkt drobiowy z dodatkiem 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 indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Pomidor b/skórki 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) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem 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 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) 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) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem 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% 5 g (MLE) 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 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.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) 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.) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 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		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.)
	Wartość energetyczna: 2013.74 kcal; Białko ogółem: 71.23 g; Tłuszcz: 44.39 g; Kw. tł. nasy.: 20.53 g; Węglowodany ogółem: 345.23 g; W tym cukry: 58.59 g; Błonnik pok.: 27.02 g; Sól: 8.81 g;	Wartość energetyczna: 2091.69 kcal; Białko ogółem: 71.56 g; Tłuszcz: 43.39 g; Kw. tł. nasy.: 22.67 g; Węglowodany ogółem: 365.25 g; W tym cukry: 69.50 g; Błonnik pok.: 23.45 g; Sól: 8.85 g;	Wartość energetyczna: 2161.41 kcal; Białko ogółem: 88.65 g; Tłuszcz: 53.16 g; Kw. tł. nasy.: 19.23 g; Węglowodany ogółem: 343.00 g; W tym cukry: 71.14 g; Błonnik pok.: 20.61 g; Sól: 7.97 g;	Wartość energetyczna: 2024.25 kcal; Białko ogółem: 80.69 g; Tłuszcz: 57.51 g; Kw. tł. nasy.: 19.23 g; Węglowodany ogółem: 313.69 g; W tym cukry: 32.42 g; Błonnik pok.: 49.17 g; Sól: 9.33 g;	Wartość energetyczna: 2130.57 kcal; Białko ogółem: 76.48 g; Tłuszcz: 43.64 g; Kw. tł. nasy.: 17.68 g; Węglowodany ogółem: 370.20 g; W tym cukry: 72.13 g; Błonnik pok.: 24.34 g; Sól: 8.45 g;	Wartość energetyczna: 1471.53 kcal; Białko ogółem: 56.99 g; Tłuszcz: 37.89 g; Kw. tł. nasy.: 17.68 g; Węglowodany ogółem: 233.44 g; W tym cukry: 79.35 g; Błonnik pok.: 14.34 g; Sól: 4.33 g;	Wartość energetyczna: 1596.56 kcal; Białko ogółem: 58.24 g; Tłuszcz: 45.64 g; Kw. tł. nasy.: 22.29 g; Węglowodany ogółem: 246.74 g; W tym cukry: 82.06 g; Błonnik pok.: 15.81 g; Sól: 4.70 g;	Wartość energetyczna: 1847.73 kcal; Białko ogółem: 68.78 g; Tłuszcz: 48.91 g; Kw. tł. nasy.: 20.52 g; Węglowodany ogółem: 293.46 g; W tym cukry: 84.23 g; Błonnik pok.: 18.78 g; Sól: 6.29 g;	Wartość energetyczna: 2239.04 kcal; Białko ogółem: 98.13 g; Tłuszcz: 49.00 g; Kw. tł. nasy.: 20.52 g; Węglowodany ogółem: 362.98 g; W tym cukry: 57.01 g; Błonnik pok.: 26.86 g; Sól: 9.97 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA WARSZAWA WIM SZASERÓW

	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	W-wa- PIM MSWiA Transplantologia
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.) Bułka pszenna długa krojona 100 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	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szynka Konserwowa w pieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (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.) 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) Szynka Konserwowa w pieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (SOJ.) 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 2 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	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Konserwowa w pieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (SOJ.) Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
II SN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Schab Maryny-wędzonka w pieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Słupki z marchewki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (MLE)			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Schab Maryny-wędzonka w pieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE)
Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU, PSZ, MLE.) Ziemniaki młode gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* (bez mleka) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU, PSZ, MLE.) Ziemniaki młode gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* (bez mleka) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU, PSZ, MLE.) Ziemniaki młode gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* (bez mleka) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU, PSZ, MLE.) Ziemniaki młode gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* (bez mleka) 200 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ryba pieczona (Miruna) 50 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU, PSZ, MLE.) Ziemniaki młode gotowane 100 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* (bez mleka) 300 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ryba pieczona (Miruna) 50 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU, PSZ, MLE.) Ziemniaki młode gotowane 120 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* (bez mleka) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU, PSZ, MLE.) Ziemniaki młode gotowane 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* (bez mleka) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU, PSZ, MLE.) Ziemniaki młode gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	
PD			Sliwka 150 g Kefir 2,0% tł 150g 1 szt (MLE)			Sliwka 150 g			Jabłko pieczone 150 g Kefir 2,0% tł 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) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (MLE) Sliwka 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) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Jabłko pieczone 150 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) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Ogórek świeży 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) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (MLE) 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) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) 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) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80 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) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (MLE) Ogórek świeży 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) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (MLE) 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.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Mus z jabłek () b/c 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g	
	Wartość energetyczna: 2187.14 kcal; Białko ogółem: 97.68 g; Tłuszcz: 59.01 g; Kw. tł. nasy.: 24.62 g; Węglowodany ogółem: 330.62 g; W tym cukry: 76.97 g; Błonnik pok.: 31.58 g; Sól: 8.22 g;	Wartość energetyczna: 2221.13 kcal; Białko ogółem: 102.17 g; Tłuszcz: 58.23 g; Kw. tł. nasy.: 24.52 g; Węglowodany ogółem: 332.54 g; W tym cukry: 72.72 g; Błonnik pok.: 23.39 g; Sól: 7.70 g;	Wartość energetyczna: 2137.53 kcal; Białko ogółem: 97.38 g; Tłuszcz: 49.63 g; Kw. tł. nasy.: 21.46 g; Węglowodany ogółem: 335.00 g; W tym cukry: 73.88 g; Błonnik pok.: 20.35 g; Sól: 7.38 g;	Wartość energetyczna: 2046.86 kcal; Białko ogółem: 106.47 g; Tłuszcz: 62.37 g; Kw. tł. nasy.: 24.06 g; Węglowodany ogółem: 285.90 g; W tym cukry: 47.90 g; Błonnik pok.: 43.45 g; Sól: 8.28 g;	Wartość energetyczna: 2126.17 kcal; Białko ogółem: 95.34 g; Tłuszcz: 49.53 g; Kw. tł. nasy.: 21.51 g; Węglowodany ogółem: 335.16 g; W tym cukry: 73.22 g; Błonnik pok.: 22.61 g; Sól: 8.03 g;	Wartość energetyczna: 1422.77 kcal; Białko ogółem: 69.53 g; Tłuszcz: 41.60 g; Kw. tł. nasy.: 18.46 g; Węglowodany ogółem: 199.16 g; W tym cukry: 88.95 g; Błonnik pok.: 14.63 g; Sól: 3.70 g;	Wartość energetyczna: 1522.43 kcal; Białko ogółem: 71.03 g; Tłuszcz: 59.23 g; Kw. tł. nasy.: 23.50 g; Węglowodany ogółem: 206.15 g; W tym cukry: 92.28 g; Błonnik pok.: 15.98 g; Sól: 3.92 g;	Wartość energetyczna: 1924.22 kcal; Białko ogółem: 93.30 g; Tłuszcz: 59.23 g; Kw. tł. nasy.: 26.42 g; Węglowodany ogółem: 264.28 g; W tym cukry: 100.16 g; Błonnik pok.: 21.94 g; Sól: 5.80 g;	Wartość energetyczna: 2255.66 kcal; Białko ogółem: 100.69 g; Tłuszcz: 55.28 g; Kw. tł. nasy.: 23.66 g; Węglowodany ogółem: 348.85 g; W tym cukry: 66.66 g; Błonnik pok.: 23.72 g; Sól: 10.23 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA WARSZAWA WIM SZASERÓW

	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	W-wa- PIM MSWiA Transplantologia	
2024-08-24 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) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzony osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Herbata czarna ekspresowa b/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			Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Mus z jabłek () b/c 150 g
	Obiad	Grochowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Sałatka z buraczków i jabłka 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 JECZ.) Sałatka z buraczków i jabłka 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 JECZ.) Surowka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 130 g Kalałafar gotowany* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Surowka 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 JECZ.) 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 JECZ.) Sałatka z buraczków i jabłka 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 JECZ.) Sałatka z buraczków i jabłka 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 180 g (GLU JECZ.) Sałatka z buraczków i jabłka 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 JECZ.) Drynica z wody 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Platki owsiane 10 g (GLU OW) Maślanka 150 ml (MLE)			Jabłko 150 g			Maślanka 150 ml (MLE) Platki owsiane 10 g (GLU OW)
	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) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) 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) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Pomidor b/skórki 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 Schab Maryny-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Rzodkiew biała 80 g Sałata 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) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) 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) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) 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) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) 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) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Rzodkiew biała 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) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) 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.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
PN	Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, 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	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) Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.)	
	Wartość energetyczna: 2587.88 kcal; Białko ogółem: 106.97 g; Tłuszcz: 80.27 g; Kw. tł. nasy.: 33.63 g; Węglowodany ogółem: 377.58 g; W tym cukry: 67.61 g; Błonnik pok.: 35.86 g; Sól: 8.56 g;	Wartość energetyczna: 2398.82 kcal; Białko ogółem: 89.52 g; Tłuszcz: 65.91 g; Kw. tł. nasy.: 25.24 g; Węglowodany ogółem: 374.08 g; W tym cukry: 79.11 g; Błonnik pok.: 26.61 g; Sól: 8.23 g;	Wartość energetyczna: 2137.97 kcal; Białko ogółem: 88.96 g; Tłuszcz: 56.65 g; Kw. tł. nasy.: 24.13 g; Węglowodany ogółem: 327.72 g; W tym cukry: 84.23 g; Błonnik pok.: 20.30 g; Sól: 6.48 g;	Wartość energetyczna: 2268.51 kcal; Białko ogółem: 109.57 g; Tłuszcz: 75.26 g; Kw. tł. nasy.: 27.06 g; Węglowodany ogółem: 312.57 g; W tym cukry: 29.16 g; Błonnik pok.: 48.95 g; Sól: 10.19 g;	Wartość energetyczna: 2356.41 kcal; Białko ogółem: 92.72 g; Tłuszcz: 59.48 g; Kw. tł. nasy.: 24.62 g; Węglowodany ogółem: 374.34 g; W tym cukry: 83.09 g; Błonnik pok.: 25.01 g; Sól: 7.58 g;	Wartość energetyczna: 1679.54 kcal; Białko ogółem: 71.31 g; Tłuszcz: 51.83 g; Kw. tł. nasy.: 21.13 g; Węglowodany ogółem: 239.68 g; W tym cukry: 82.05 g; Błonnik pok.: 17.71 g; Sól: 3.76 g;	Wartość energetyczna: 1959.42 kcal; Białko ogółem: 80.29 g; Tłuszcz: 66.03 g; Kw. tł. nasy.: 28.62 g; Węglowodany ogółem: 270.96 g; W tym cukry: 93.22 g; Błonnik pok.: 21.43 g; Sól: 4.53 g;	Wartość energetyczna: 2289.16 kcal; Białko ogółem: 98.02 g; Tłuszcz: 76.77 g; Kw. tł. nasy.: 33.03 g; Węglowodany ogółem: 313.38 g; W tym cukry: 101.24 g; Błonnik pok.: 24.67 g; Sól: 5.68 g;	Wartość energetyczna: 2268.90 kcal; Białko ogółem: 97.07 g; Tłuszcz: 63.91 g; Kw. tł. nasy.: 25.99 g; Węglowodany ogółem: 338.69 g; W tym cukry: 36.48 g; Błonnik pok.: 32.36 g; Sól: 10.18 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA WARSZAWA WIM SZASERÓW

	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	W-wa- PIM MSWiA Transplantologia
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 Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Kalarepa 80 g Mix sałat 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 Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Banan 150 g Mix sałat 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 Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Kalarepa 80 g Banan 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 Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Kalarepa 80 g Mix sałat 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 Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Banan 150 g Mix sałat 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 Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Kalarepa 40 g Mix sałat 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 Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Kalarepa 50 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 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 Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Drynja z wody 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Drynja z wody 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
II SN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 50 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Jabłko pieczone 150 g
Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Ziemniaki młode gotowane 180 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 130 g Brokuł gotowany* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki młode gotowane 180 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 130 g Brokuł gotowany* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 200 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane 100 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane 120 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane 140 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
PD				Kefir 2,0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)			Banan 150 g		Pieczynko chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Kefir 2,0% tł 150g 1 szt (<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 i siemienia z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>) Pomidor 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>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</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>) Twarożek 100 g (<u>MLE</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>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>) Pomidor 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 i siemienia z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>) Pomidor 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>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 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 i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>) Pomidor 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>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Cukinia pieczona z olejem (180 g) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
PN	Chałka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chałka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>) Sałata zielona 10 g		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chałka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA WARSZAWA WIM SZASERÓW

	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	W-wa- PIM MSWiA Transplantologia
2024-08-25 niedziela	Wartość energetyczna: 2408.19 kcal; Białko ogółem: 121.06 g; Tłuszcz: 74.76 g; Kw. tł. nasy.: 28.08 g; Węglowodany ogółem: 327.44 g; W tym cukry: 72.20 g; Błonnik pok.: 27.31 g; Sól: 7.85 g;	Wartość energetyczna: 2492.28 kcal; Białko ogółem: 123.00 g; Tłuszcz: 68.41 g; Kw. tł. nasy.: 27.80 g; Węglowodany ogółem: 357.99 g; W tym cukry: 90.96 g; Błonnik pok.: 21.92 g; Sól: 8.14 g;	Wartość energetyczna: 2283.60 kcal; Białko ogółem: 98.40 g; Tłuszcz: 49.19 g; Kw. tł. nasy.: 21.45 g; Węglowodany ogółem: 371.43 g; W tym cukry: 93.65 g; Błonnik pok.: 19.76 g; Sól: 6.42 g;	Wartość energetyczna: 2338.46 kcal; Białko ogółem: 131.23 g; Tłuszcz: 85.86 g; Kw. tł. nasy.: 34.71 g; Węglowodany ogółem: 281.68 g; W tym cukry: 37.47 g; Błonnik pok.: 42.73 g; Sól: 9.70 g;	Wartość energetyczna: 2470.04 kcal; Białko ogółem: 119.79 g; Tłuszcz: 64.71 g; Kw. tł. nasy.: 26.60 g; Węglowodany ogółem: 364.62 g; W tym cukry: 92.76 g; Błonnik pok.: 22.21 g; Sól: 4.32 g;	Wartość energetyczna: 1980.26 kcal; Białko ogółem: 102.46 g; Tłuszcz: 70.17 g; Kw. tł. nasy.: 28.69 g; Węglowodany ogółem: 243.95 g; W tym cukry: 90.28 g; Błonnik pok.: 14.40 g; Sól: 4.90 g;	Wartość energetyczna: 2117.83 kcal; Białko ogółem: 109.65 g; Tłuszcz: 79.89 g; Kw. tł. nasy.: 34.37 g; Węglowodany ogółem: 250.32 g; W tym cukry: 92.07 g; Błonnik pok.: 15.58 g; Sól: 4.90 g;	Wartość energetyczna: 2400.39 kcal; Białko ogółem: 124.46 g; Tłuszcz: 85.63 g; Kw. tł. nasy.: 36.26 g; Węglowodany ogółem: 295.21 g; W tym cukry: 101.94 g; Błonnik pok.: 19.09 g; Sól: 5.91 g;	Wartość energetyczna: 2401.05 kcal; Białko ogółem: 120.01 g; Tłuszcz: 74.89 g; Kw. tł. nasy.: 27.89 g; Węglowodany ogółem: 321.67 g; W tym cukry: 42.02 g; Błonnik pok.: 28.49 g; Sól: 11.00 g;
Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) 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-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) 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% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2,0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) 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) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Rzodkiew biała 50 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Naleśniki z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 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 jogurtowo-porczejkowy* 100 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki miode gotowane 180 g Mieso drobiowe mielone w sosie wł 80 g (GLU PSZ) Szpinak gotowany z olejem* 130 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	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 Śurówka 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 jogurtowo-porczejkowy* 100 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Naleśniki z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Naleśniki z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 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 Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 130 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
PD				Maślanka 150 ml (MLE) Arbuz 150 g			Arbuz 150 g		Maślanka 150 ml (MLE) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ)
Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Ogórek 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) Ser żółty 50 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Dymna z wody 80 g (MLE) 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 homo. naturalny 100 g (MLE) Dymna z wody 80 g (MLE) 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) Ser żółty 50 g (MLE) 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 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Ogórek świeży 40 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Dymna 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 świeży 40 g (MLE) 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 świeży 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 świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Dymna z wody 80 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA WARSZAWA WIM SZASERÓW

	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	W-wa- PIM MSWiA Transplantologia
2024-08-26 poniedziałek	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) mielona Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</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 z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) 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 z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</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 z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</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 z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2599.19 kcal; Białko ogółem: 98.62 g; Tłuszcz: 70.94 g; Kw. tł. nasy.: 34.34 g; Węglowodany ogółem: 406.13 g; W tym cukry: 94.44 g; Błonnik pok.: 29.70 g; Sól: 8.55 g;	Wartość energetyczna: 2203.66 kcal; Białko ogółem: 72.50 g; Tłuszcz: 41.24 g; Kw. tł. nasy.: 19.75 g; Węglowodany ogółem: 395.84 g; W tym cukry: 105.79 g; Błonnik pok.: 26.61 g; Sól: 7.61 g;	Wartość energetyczna: 2270.24 kcal; Białko ogółem: 95.02 g; Tłuszcz: 53.74 g; Kw. tł. nasy.: 20.81 g; Węglowodany ogółem: 359.32 g; W tym cukry: 90.72 g; Błonnik pok.: 19.57 g; Sól: 6.83 g;	Wartość energetyczna: 2275.04 kcal; Białko ogółem: 100.67 g; Tłuszcz: 69.23 g; Kw. tł. nasy.: 30.16 g; Węglowodany ogółem: 334.51 g; W tym cukry: 59.26 g; Błonnik pok.: 49.94 g; Sól: 8.58 g;	Wartość energetyczna: 2223.66 kcal; Białko ogółem: 75.30 g; Tłuszcz: 41.44 g; Kw. tł. nasy.: 19.72 g; Węglowodany ogółem: 304.38 g; W tym cukry: 106.99 g; Błonnik pok.: 25.11 g; Sól: 6.96 g;	Wartość energetyczna: 2083.08 kcal; Białko ogółem: 91.18 g; Tłuszcz: 59.37 g; Kw. tł. nasy.: 28.13 g; Węglowodany ogółem: 304.38 g; W tym cukry: 100.36 g; Błonnik pok.: 16.39 g; Sól: 4.17 g;	Wartość energetyczna: 2233.43 kcal; Białko ogółem: 92.47 g; Tłuszcz: 69.38 g; Kw. tł. nasy.: 34.67 g; Węglowodany ogółem: 319.34 g; W tym cukry: 112.62 g; Błonnik pok.: 18.02 g; Sól: 4.53 g;	Wartość energetyczna: 2459.78 kcal; Białko ogółem: 102.23 g; Tłuszcz: 75.33 g; Kw. tł. nasy.: 38.01 g; Węglowodany ogółem: 354.04 g; W tym cukry: 117.94 g; Błonnik pok.: 20.78 g; Sól: 6.03 g;
	Śniadanie	Płatki 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>GLUPSZ, 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	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) mielona Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Masłanka 150 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLUPSZ, 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	Płatki 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 z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki 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	Płatki 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	Płatki 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	Masłanka 150 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>) Ogórek świeży 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Banan 150 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>) Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Filet z kurczaka pieczony 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 130 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Filet z kurczaka pieczony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pulpet drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 130 g (<u>SEL</u>) Brokuł gotowany* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g Filet z kurczaka pieczony 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g Filet z kurczaka pieczony 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki młode gotowane 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Filet z kurczaka pieczony 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki młode gotowane 120 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Filet z kurczaka pieczony 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 130 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g Cukinia pieczona z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)			Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Wafle ryżowe 30 g		Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA WARSZAWA WIM SZASERÓW

	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	W-wa- PIM MSWiA Transplantologia		
2024-08-27 wtorek	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) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałatka wiosenna 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) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jabiko 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 Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałatka wiosenna 80 g Sałata 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) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałatka wiosenna 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% 5 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałatka wiosenna 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% 5 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałatka wiosenna 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) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałatka wiosenna 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) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Mus z jabłek () b/c 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Mus z jabłek () b/c 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	
		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod.biał.mleka w osłonce niejadalnej. 30 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL.) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod.biał.mleka w osłonce niejadalnej. 30 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod.biał.mleka w osłonce niejadalnej. 30 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod.biał.mleka w osłonce niejadalnej. 30 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL.) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod.biał.mleka w osłonce niejadalnej. 30 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod.biał.mleka w osłonce niejadalnej. 30 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod.biał.mleka w osłonce niejadalnej. 30 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod.biał.mleka w osłonce niejadalnej. 30 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod.biał.mleka w osłonce niejadalnej. 30 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod.biał.mleka w osłonce niejadalnej. 30 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL.) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2082.91 kcal; Białko ogółem: 96.03 g; Tłuszcz: 55.91 g; Kw. tł. nasy.: 22.86 g; Węglowodany ogółem: 312.18 g; W tym cukry: 60.36 g; Błonnik pok.: 29.54 g; Sól: 10.83 g;	Wartość energetyczna: 2154.49 kcal; Białko ogółem: 95.95 g; Tłuszcz: 53.80 g; Kw. tł. nasy.: 22.72 g; Węglowodany ogółem: 333.48 g; W tym cukry: 73.32 g; Błonnik pok.: 27.12 g; Sól: 10.49 g;	Wartość energetyczna: 2116.83 kcal; Białko ogółem: 88.09 g; Tłuszcz: 50.45 g; Kw. tł. nasy.: 20.96 g; Węglowodany ogółem: 338.34 g; W tym cukry: 75.87 g; Błonnik pok.: 22.50 g; Sól: 9.40 g;	Wartość energetyczna: 2038.34 kcal; Białko ogółem: 104.07 g; Tłuszcz: 59.59 g; Kw. tł. nasy.: 23.57 g; Węglowodany ogółem: 287.46 g; W tym cukry: 35.80 g; Błonnik pok.: 39.75 g; Sól: 11.22 g;	Wartość energetyczna: 2069.45 kcal; Białko ogółem: 93.86 g; Tłuszcz: 44.85 g; Kw. tł. nasy.: 19.86 g; Węglowodany ogółem: 334.13 g; W tym cukry: 74.63 g; Błonnik pok.: 25.58 g; Sól: 10.22 g;	Wartość energetyczna: 1545.24 kcal; Białko ogółem: 74.56 g; Tłuszcz: 40.01 g; Kw. tł. nasy.: 16.87 g; Węglowodany ogółem: 227.53 g; W tym cukry: 84.99 g; Błonnik pok.: 14.93 g; Sól: 6.34 g;	Wartość energetyczna: 1622.37 kcal; Białko ogółem: 72.89 g; Tłuszcz: 46.97 g; Kw. tł. nasy.: 21.41 g; Węglowodany ogółem: 233.62 g; W tym cukry: 87.52 g; Błonnik pok.: 16.32 g; Sól: 6.53 g;	Wartość energetyczna: 2004.68 kcal; Białko ogółem: 96.14 g; Tłuszcz: 57.45 g; Kw. tł. nasy.: 24.42 g; Węglowodany ogółem: 284.63 g; W tym cukry: 94.58 g; Błonnik pok.: 21.56 g; Sól: 8.31 g;	Wartość energetyczna: 2252.13 kcal; Białko ogółem: 100.98 g; Tłuszcz: 52.84 g; Kw. tł. nasy.: 23.36 g; Węglowodany ogółem: 351.51 g; W tym cukry: 56.10 g; Błonnik pok.: 26.90 g; Sól: 12.34 g;	Wartość energetyczna: 2252.13 kcal; Białko ogółem: 100.98 g; Tłuszcz: 52.84 g; Kw. tł. nasy.: 23.36 g; Węglowodany ogółem: 351.51 g; W tym cukry: 56.10 g; Błonnik pok.: 26.90 g; Sól: 12.34 g;
PN											

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA WARSZAWA WIM SZASERÓW

	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	W-wa- PIM MSWiA Transplantologia
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 homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE) Pomidor 80 g Mix sałat 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 homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE) Dżem 80 g Mix sałat 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 homo.o smaku naturalnym 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 homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE) Pomidor 80 g Mix sałat 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 homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE) Dżem 80 g Mix sałat 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 homo. naturalny 50 g (MLE) Pomidor 40 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLUOW) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Pomidor 80 g Mix sałat 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 homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
II / SN				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		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Mus z jabłek () b/c 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
Obiad	Kapuśniak z kapusty białej * 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 JECZ) Surowka z marchwi z olejem b/c 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 JECZ) 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 JECZ) Cukinia gotowana z pomidorami* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty białej * 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 JECZ) 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 JECZ) 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 JECZ) Surowka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty białej * 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 JECZ) Surowka z marchwi z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty białej * 300 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 JECZ) 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 JECZ) Cukinia gotowana z pomidorami* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
PD				Maślanka 150 ml (MLE) Jabłko 150 g		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE)		Maślanka 150 ml (MLE) Wafle ryżowe 30 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) Paprykarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ) 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) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. 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 w. wody, b.ml z poł. 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 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) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. 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) 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 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) 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 świeży 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) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) 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) 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 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wiewprzowa 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 wiewprzowa 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 wiewprzowa 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 wiewprzowa 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 wiewprzowa 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 wiewprzowa 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 wiewprzowa 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 wiewprzowa wędzona 30 g (SOJ) Sałata zielona 10 g
	Wartość energetyczna: 2376.93 kcal; Białko ogółem: 91.09 g; Tłuszcz: 69.45 g; Kw. tł. nasy.: 23.35 g; Węglowodany ogółem: 363.99 g; W tym cukry: 64.62 g; Błonnik pok.: 35.34 g; Sól: 9.40 g;	Wartość energetyczna: 2459.99 kcal; Białko ogółem: 86.94 g; Tłuszcz: 52.78 g; Kw. tł. nasy.: 21.28 g; Węglowodany ogółem: 419.45 g; W tym cukry: 111.70 g; Błonnik pok.: 23.48 g; Sól: 9.24 g;	Wartość energetyczna: 2500.31 kcal; Białko ogółem: 93.09 g; Tłuszcz: 53.16 g; Kw. tł. nasy.: 21.19 g; Węglowodany ogółem: 421.20 g; W tym cukry: 114.10 g; Błonnik pok.: 18.88 g; Sól: 7.62 g;	Wartość energetyczna: 2479.99 kcal; Białko ogółem: 89.31 g; Tłuszcz: 72.12 g; Kw. tł. nasy.: 20.90 g; Węglowodany ogółem: 333.02 g; W tym cukry: 50.83 g; Błonnik pok.: 49.19 g; Sól: 9.71 g;	Wartość energetyczna: 2479.99 kcal; Białko ogółem: 89.74 g; Tłuszcz: 52.98 g; Kw. tł. nasy.: 21.25 g; Węglowodany ogółem: 420.85 g; W tym cukry: 112.90 g; Błonnik pok.: 21.98 g; Sól: 8.59 g;	Wartość energetyczna: 1477.12 kcal; Białko ogółem: 65.87 g; Tłuszcz: 36.79 g; Kw. tł. nasy.: 16.32 g; Węglowodany ogółem: 233.01 g; W tym cukry: 87.32 g; Błonnik pok.: 18.01 g; Sól: 4.23 g;	Wartość energetyczna: 1652.88 kcal; Białko ogółem: 69.70 g; Tłuszcz: 52.03 g; Kw. tł. nasy.: 22.72 g; Węglowodany ogółem: 240.26 g; W tym cukry: 93.69 g; Błonnik pok.: 20.76 g; Sól: 4.92 g;	Wartość energetyczna: 1957.33 kcal; Białko ogółem: 86.21 g; Tłuszcz: 58.75 g; Kw. tł. nasy.: 24.60 g; Węglowodany ogółem: 286.48 g; W tym cukry: 99.65 g; Błonnik pok.: 25.15 g; Sól: 6.45 g;	Wartość energetyczna: 2434.01 kcal; Białko ogółem: 93.00 g; Tłuszcz: 52.41 g; Kw. tł. nasy.: 19.56 g; Węglowodany ogółem: 409.74 g; W tym cukry: 60.09 g; Błonnik pok.: 29.34 g; Sól: 10.56 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA WARSZAWA WIM SZASERÓW

	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	W-wa- PIM MSWiA Transplantologia
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	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>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 Mus z jabłek () b/c 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Arbuz 150 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Pasta z twarogu 50 g (<u>MLE</u>) Cukinia pieczona z olejem () 50 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>) Sałata zielona z rzodkiewką i jogurtem 60 g (<u>MLE</u>) 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>) Sałata zielona z rzodkiewką i jogurtem 60 g (<u>MLE</u>) 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>) Sos boloński z mięsa wieprz top* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Sałata zielona z rzodkiewką i jogurtem 60 g (<u>MLE</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>) Makaron 120 g (<u>GLU PSZ</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>) Sałata zielona z rzodkiewką i jogurtem 60 g (<u>MLE</u>) 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>) Sałata zielona z rzodkiewką i jogurtem 60 g (<u>MLE</u>) 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 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Sałata zielona z rzodkiewką i jogurtem 60 g (<u>MLE</u>) 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>) Drynja z wody 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/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		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ</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>) Pasztet z fasoli* 100 g (<u>JAJ</u>) Papryka świeża 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>) Papryka świeża 80 g 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>) Papryka świeża 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 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ</u>) Papryka świeża 50 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>) Papryka świeża 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>) Papryka świeża 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>) Papryka świeża 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>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ</u>) Drynja z wody 80 g Herbata czarna ekspresowa b/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>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Sałata zielona 10 g	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>)	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>)
	Wartość energetyczna: 2361.03 kcal; Białko ogółem: 87.61 g; Tłuszcz: 63.94 g; Kw. tł. nasy.: 24.14 g; Węglowodany ogółem: 376.65 g; W tym cukry: 64.37 g; Błonnik pok.: 35.76 g; Sól: 7.80 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: 2321.34 kcal; Białko ogółem: 102.88 g; Tłuszcz: 67.96 g; Kw. tł. nasy.: 24.51 g; Węglowodany ogółem: 342.55 g; W tym cukry: 35.14 g; Błonnik pok.: 52.11 g; Sól: 7.52 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: 1480.52 kcal; Białko ogółem: 60.42 g; Tłuszcz: 34.74 g; Kw. tł. nasy.: 14.99 g; Węglowodany ogółem: 238.70 g; W tym cukry: 91.42 g; Błonnik pok.: 12.87 g; Sól: 3.99 g;	Wartość energetyczna: 1591.38 kcal; Białko ogółem: 60.15 g; Tłuszcz: 41.66 g; Kw. tł. nasy.: 19.56 g; Węglowodany ogółem: 251.88 g; W tym cukry: 102.59 g; Błonnik pok.: 14.12 g; Sól: 4.31 g;	Wartość energetyczna: 1764.41 kcal; Białko ogółem: 68.14 g; Tłuszcz: 43.57 g; Kw. tł. nasy.: 19.98 g; Węglowodany ogółem: 284.14 g; W tym cukry: 104.78 g; Błonnik pok.: 17.33 g; Sól: 6.02 g;	Wartość energetyczna: 2175.68 kcal; Białko ogółem: 93.51 g; Tłuszcz: 52.80 g; Kw. tł. nasy.: 22.11 g; Węglowodany ogółem: 337.88 g; W tym cukry: 27.07 g; Błonnik pok.: 28.24 g; Sól: 10.42 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA WARSZAWA WIM SZASERÓW

	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	W-wa- PIM MSWiA Transplantologia
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) Brzoskwinia 1 szt 1 szt Salata 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 Salata 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) Brzoskwinia 1 szt 1 szt Salata 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 Salata 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 Salata 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 Salata 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 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)
	II SN			Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml				Brzoskwinia 1 szt 1 szt	
Obiad	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 180 g Ziemniaki młode gotowane 180 g Surowka 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 JECZ.) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB.) Warzywa po grecku* 130 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 180 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL, GLU JECZ.) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 180 g Surowka 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 JECZ.) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB.) Warzywa po grecku* 130 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 180 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 200 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ryba pieczona (Miruna) 60 g (RYB.) Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 200 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ryba pieczona (Miruna) 60 g (RYB.) Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 300 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ryba pieczona (Miruna) 60 g (RYB.) Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 140 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 300 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB.) Warzywa po grecku* 130 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 140 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL, GLU JECZ.) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB.) Warzywa po grecku* 130 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 180 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Maślanka 150 ml (MLE) Wafle ryżowe 30 g				Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Maślanka 150 ml (MLE) Wafle ryżowe 30 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) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) 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) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Salata 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 wieprzowa, 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 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) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyńska Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (SOJ.) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Salata 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.) Pomidor 40 g Salata 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.) Pomidor 50 g Salata 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 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyńska Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (SOJ.) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	FN	Szyńska Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Salata zielona 10 g	Masło extra 82% 5 g (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szyńska Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyńska Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Salata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyńska Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyńska Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Salata zielona 10 g	Szyńska Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyńska Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Salata zielona 10 g	Salata zielona 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyńska Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.)
	Wartość energetyczna: 2138.91 kcal; Białko ogółem: 92.59 g; Tłuszcz: 58.29 g; Kw. tł. nasy.: 24.05 g; Węglowodany ogółem: 323.80 g; W tym cukry: 64.62 g; Błonnik pok.: 29.23 g; Sól: 8.32 g;	Wartość energetyczna: 2267.75 kcal; Białko ogółem: 96.02 g; Tłuszcz: 56.37 g; Kw. tł. nasy.: 23.80 g; Węglowodany ogółem: 353.52 g; W tym cukry: 91.82 g; Błonnik pok.: 21.87 g; Sól: 7.30 g;	Wartość energetyczna: 2191.57 kcal; Białko ogółem: 92.15 g; Tłuszcz: 47.97 g; Kw. tł. nasy.: 20.73 g; Węglowodany ogółem: 356.41 g; W tym cukry: 92.95 g; Błonnik pok.: 18.67 g; Sól: 7.25 g;	Wartość energetyczna: 2078.39 kcal; Białko ogółem: 101.88 g; Tłuszcz: 59.35 g; Kw. tł. nasy.: 21.91 g; Węglowodany ogółem: 303.21 g; W tym cukry: 36.67 g; Błonnik pok.: 41.73 g; Sól: 8.66 g;	Wartość energetyczna: 2172.37 kcal; Białko ogółem: 88.90 g; Tłuszcz: 47.80 g; Kw. tł. nasy.: 20.80 g; Węglowodany ogółem: 356.26 g; W tym cukry: 91.82 g; Błonnik pok.: 21.87 g; Sól: 8.22 g;	Wartość energetyczna: 1332.84 kcal; Białko ogółem: 63.65 g; Tłuszcz: 34.47 g; Kw. tł. nasy.: 15.16 g; Węglowodany ogółem: 196.88 g; W tym cukry: 80.09 g; Błonnik pok.: 13.31 g; Sól: 3.34 g;	Wartość energetyczna: 1417.49 kcal; Białko ogółem: 61.82 g; Tłuszcz: 41.45 g; Kw. tł. nasy.: 19.70 g; Węglowodany ogółem: 204.88 g; W tym cukry: 82.66 g; Błonnik pok.: 14.65 g; Sól: 3.45 g;	Wartość energetyczna: 1707.63 kcal; Białko ogółem: 79.33 g; Tłuszcz: 47.03 g; Kw. tł. nasy.: 21.76 g; Węglowodany ogółem: 248.65 g; W tym cukry: 91.56 g; Błonnik pok.: 18.05 g; Sól: 4.39 g;	Wartość energetyczna: 2230.37 kcal; Białko ogółem: 97.83 g; Tłuszcz: 52.10 g; Kw. tł. nasy.: 21.86 g; Węglowodany ogółem: 353.38 g; W tym cukry: 42.77 g; Błonnik pok.: 27.18 g; Sól: 10.40 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA WARSZAWA WIM SZASERÓW

	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	W-wa- PIM MSWiA Transplantologia
Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Jabłko pieczone 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) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Jabłko pieczone 150 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 150 ml (MLE, GLU OW,) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Pomidor 40 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU OW,) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Pomidor 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
II ŚN			Chleb mieszany żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Ser żółty 30 g (MLE) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml				Banan 150 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL) Ryż na sypko z kurkumą 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko z kurkumą 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 60 g (SEL) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko z kurkumą 180 g Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko z kurkumą 180 g Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko z kurkumą 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko z kurkumą 140 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko z kurkumą 140 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko z kurkumą 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g				Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE)		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g
Kolejaga	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) Paszтет Ciecchanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wierzprowych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) 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) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Pomidor b/skórki 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) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Rzodkiew biała 80 g Sałata 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) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) 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) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Rzodkiew biała 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) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) 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) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Rzodkiew biała 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) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) 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,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Dymna z wody 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,)		Bułka maślana 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) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biał. mleka w osłonce niejadalnej 30 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL) Sałata zielona 10 g	Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Dżem 25 g 1 szt Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,)		Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Dżem 25 g 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biał. mleka w osłonce niejadalnej 30 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA WARSZAWA WIM SZASERÓW

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna	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	W-wa- PIM MSWiA Transplantologia
2024-08-31 sobota	Wartość energetyczna: 2188.72 kcal; Białko ogółem: 79.53 g; Tłuszcz: 57.65 g; Kw. tł. nasy.: 21.63 g; Węglowodany ogółem: 351.10 g; W tym cukry: 65.75 g; Błonnik pok.: 30.73 g; Sól: 8.38 g;	Wartość energetyczna: 2177.59 kcal; Białko ogółem: 81.57 g; Tłuszcz: 41.76 g; Kw. tł. nasy.: 18.59 g; Węglowodany ogółem: 381.98 g; W tym cukry: 82.85 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 1965.20 kcal; Białko ogółem: 80.51 g; Tłuszcz: 41.01 g; Kw. tł. nasy.: 18.28 g; Węglowodany ogółem: 330.33 g; W tym cukry: 85.26 g; Błonnik pok.: 21.53 g; Sól: 6.47 g;	Wartość energetyczna: 2126.56 kcal; Białko ogółem: 84.34 g; Tłuszcz: 65.94 g; Kw. tł. nasy.: 25.51 g; Węglowodany ogółem: 321.07 g; W tym cukry: 31.55 g; Błonnik pok.: 49.86 g; Sól: 9.76 g;	Wartość energetyczna: 2196.94 kcal; Białko ogółem: 84.35 g; Tłuszcz: 41.96 g; Kw. tł. nasy.: 18.56 g; Węglowodany ogółem: 383.23 g; W tym cukry: 83.95 g; Błonnik pok.: 23.82 g; Sól: 7.22 g;	Wartość energetyczna: 1535.90 kcal; Białko ogółem: 63.27 g; Tłuszcz: 31.07 g; Kw. tł. nasy.: 13.12 g; Węglowodany ogółem: 260.15 g; W tym cukry: 114.62 g; Błonnik pok.: 15.99 g; Sól: 4.30 g;	Wartość energetyczna: 1658.37 kcal; Białko ogółem: 62.37 g; Tłuszcz: 38.33 g; Kw. tł. nasy.: 17.72 g; Węglowodany ogółem: 276.36 g; W tym cukry: 117.09 g; Błonnik pok.: 17.78 g; Sól: 4.53 g;	Wartość energetyczna: 1876.79 kcal; Białko ogółem: 72.24 g; Tłuszcz: 41.60 g; Kw. tł. nasy.: 18.96 g; Węglowodany ogółem: 315.81 g; W tym cukry: 125.72 g; Błonnik pok.: 21.28 g; Sól: 5.34 g;	Wartość energetyczna: 2266.03 kcal; Białko ogółem: 85.26 g; Tłuszcz: 48.87 g; Kw. tł. nasy.: 19.35 g; Węglowodany ogółem: 384.05 g; W tym cukry: 63.34 g; Błonnik pok.: 28.24 g; Sól: 11.24 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA WARSZAWA WIM SZASERÓW

	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	W-wa- PIM MSWiA Transplantologia	
2024-09-01 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna 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>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jęczmienna 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>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jęczmienna 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>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 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>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jęczmienna 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>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Płat szynkowy - produkt wierzprowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (<u>GLU, PSZ, SOJ.</u>) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Płat szynkowy - produkt wierzprowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (<u>GLU, PSZ, SOJ.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Kasza jęczmienna 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>) Płat szynkowy - produkt wierzprowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (<u>GLU, PSZ, SOJ.</u>) Pomidor 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>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ.</u>) Mus z jabłek () b/c 80 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
		IN SN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Słupki z marchewki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			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>) Słupki z marchewki 50 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Pogędkwa Sopocka wierzprowa, wędzona parzona z dodatkiem wody 30 g (<u>SOJ, MLE</u>) Jabłko pieczone 150 g
2024-09-01 niedziela	Obiad	Pomidorowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka schabowa 80 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g Mizeria 130 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Bitka schabowa 80 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Mięso wierzprowe mielone w sosie wł 80 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 60 g (<u>SEL.</u>) Mizeria 130 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym* b/mleka 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Bitka schabowa 80 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (<u>SEL.</u>) Mizeria 130 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Bitka schabowa 80 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 100 g Mizeria 130 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem* 200 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka schabowa 60 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 120 g Mizeria 130 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem* 300 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka schabowa 60 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 140 g Mizeria 130 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem* 300 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka schabowa 80 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
		PD			Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>) Jabłko 150 g			Jabłko 150 g		Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>) Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>)
2024-09-01 niedziela	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>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Jabłko 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>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek prażonych 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>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek prażonych 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Kalarepa 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>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek prażonych 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>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Kalarepa 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>) Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Kalarepa 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>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Kalarepa 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>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
		PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u>)	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Piersz gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u>)		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Piersz gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>)
	Wartość energetyczna: 2407.96 kcal; Białko ogółem: 96.94 g; Tłuszcz: 75.10 g; Kw. tł. nasy.: 34.16 g; Węglowodany ogółem: 349.31 g; W tym cukry: 80.26 g; Błonnik pok.: 27.66 g; Sól: 8.47 g;	Wartość energetyczna: 2505.28 kcal; Białko ogółem: 101.91 g; Tłuszcz: 65.58 g; Kw. tł. nasy.: 23.22 g; Węglowodany ogółem: 388.66 g; W tym cukry: 115.75 g; Błonnik pok.: 22.09 g; Sól: 7.06 g;	Wartość energetyczna: 2525.19 kcal; Białko ogółem: 97.62 g; Tłuszcz: 69.14 g; Kw. tł. nasy.: 24.40 g; Węglowodany ogółem: 389.01 g; W tym cukry: 116.42 g; Błonnik pok.: 19.84 g; Sól: 6.21 g;	Wartość energetyczna: 2069.29 kcal; Białko ogółem: 104.05 g; Tłuszcz: 63.88 g; Kw. tł. nasy.: 24.82 g; Węglowodany ogółem: 291.40 g; W tym cukry: 56.25 g; Błonnik pok.: 43.96 g; Sól: 7.83 g;	Wartość energetyczna: 2505.28 kcal; Białko ogółem: 101.91 g; Tłuszcz: 65.58 g; Kw. tł. nasy.: 23.22 g; Węglowodany ogółem: 388.66 g; W tym cukry: 115.75 g; Błonnik pok.: 22.09 g; Sól: 7.06 g;	Wartość energetyczna: 1879.68 kcal; Białko ogółem: 88.43 g; Tłuszcz: 62.99 g; Kw. tł. nasy.: 28.43 g; Węglowodany ogółem: 247.32 g; W tym cukry: 81.04 g; Błonnik pok.: 16.68 g; Sól: 4.95 g;	Wartość energetyczna: 1977.84 kcal; Białko ogółem: 88.46 g; Tłuszcz: 72.22 g; Kw. tł. nasy.: 34.46 g; Węglowodany ogółem: 252.07 g; W tym cukry: 82.60 g; Błonnik pok.: 17.96 g; Sól: 5.23 g;	Wartość energetyczna: 2212.69 kcal; Białko ogółem: 101.65 g; Tłuszcz: 79.13 g; Kw. tł. nasy.: 37.22 g; Węglowodany ogółem: 283.78 g; W tym cukry: 85.13 g; Błonnik pok.: 21.14 g; Sól: 6.34 g;	Wartość energetyczna: 2484.75 kcal; Białko ogółem: 103.94 g; Tłuszcz: 61.97 g; Kw. tł. nasy.: 23.94 g; Węglowodany ogółem: 360.04 g; W tym cukry: 58.64 g; Błonnik pok.: 26.64 g; Sól: 9.94 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,