

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-07-07 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	
2024-06-24 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw ostonce niejadalnej 40 g (SOJ) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw ostonce niejadalnej 40 g (SOJ) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw ostonce niejadalnej 40 g (SOJ) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw ostonce niejadalnej 40 g (SOJ) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw ostonce niejadalnej 20 g (SOJ) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw ostonce niejadalnej 30 g (SOJ) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw ostonce niejadalnej 40 g (SOJ) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Ser żółty 30 g (MLE) Słupki z marchewki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt		
	Obiad	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL) Ziemniaki młode gotowane 180 g Surówka z pora i jabłka z koperkiem (z olejem) 130 g Kompot owocowy z jabkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL) Ziemniaki młode gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL) Pulpet mięsno-warzywny* (drobiowy) 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL) Sos koperkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki młode gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL) Ziemniaki młode gotowane 180 g Surówka z pora i jabłka z koperkiem (z olejem) 130 g Fasolka szparagowa z wodą* 130 g Kompot owocowy z jabkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL) Pulpet mięsno-warzywny* (drobiowy) 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL) Sos koperkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki młode gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 200 ml (MLE, SEL) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL) Ziemniaki młode gotowane 120 g Surówka z pora i jabłka z koperkiem (z olejem) 100 g Kompot owocowy z jabkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL) Ziemniaki młode gotowane 120 g Surówka z pora i jabłka z koperkiem (z olejem) 100 g Kompot owocowy z jabkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL) Ziemniaki młode gotowane 140 g Surówka z pora i jabłka z koperkiem (z olejem) 130 g Kompot owocowy z jabkami* z/c 300 ml
					Maślanka 150 ml (MLE) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU JECZ)			Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szprot w sosie pomidorowym 100 g (RYB, SEL) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twaróg 100 g (MLE) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szprot w sosie pomidorowym 100 g (RYB, SEL) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 40 g (MLE) Papryka świeża 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Papryka świeża 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt 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 wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt 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 wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ) Sałata zielona 10 g
	PN	Wartość energetyczna: 2158.22 kcal; Białko ogółem: 71.55 g; Tłuszcz: 66.68 g; Kw. tł. nasy.: 26.65 g; Węglowodany ogółem: 334.06 g; W tym cukry: 73.47 g; Błonnik pok.: 34.56 g; Sól: 9.15 g;	Wartość energetyczna: 2148.31 kcal; Białko ogółem: 79.49 g; Tłuszcz: 61.48 g; Kw. tł. nasy.: 24.95 g; Węglowodany ogółem: 331.44 g; W tym cukry: 70.51 g; Błonnik pok.: 26.69 g; Sól: 8.36 g;	Wartość energetyczna: 2171.91 kcal; Białko ogółem: 89.66 g; Tłuszcz: 60.00 g; Kw. tł. nasy.: 25.36 g; Węglowodany ogółem: 328.46 g; W tym cukry: 68.53 g; Błonnik pok.: 22.02 g; Sól: 7.26 g;	Wartość energetyczna: 2109.97 kcal; Białko ogółem: 83.63 g; Tłuszcz: 72.95 g; Kw. tł. nasy.: 31.20 g; Węglowodany ogółem: 301.93 g; W tym cukry: 49.39 g; Błonnik pok.: 47.97 g; Sól: 9.11 g;	Wartość energetyczna: 2162.59 kcal; Białko ogółem: 88.29 g; Tłuszcz: 60.13 g; Kw. tł. nasy.: 25.64 g; Węglowodany ogółem: 328.16 g; W tym cukry: 67.19 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sól: 8.22 g;	Wartość energetyczna: 1493.96 kcal; Białko ogółem: 56.02 g; Tłuszcz: 44.83 g; Kw. tł. nasy.: 17.57 g; Węglowodany ogółem: 222.40 g; W tym cukry: 89.10 g; Błonnik pok.: 16.50 g; Sól: 4.50 g;	Wartość energetyczna: 1590.62 kcal; Białko ogółem: 56.74 g; Tłuszcz: 54.02 g; Kw. tł. nasy.: 23.03 g; Węglowodany ogółem: 225.85 g; W tym cukry: 92.45 g; Błonnik pok.: 17.74 g; Sól: 4.87 g;	Wartość energetyczna: 1907.16 kcal; Białko ogółem: 75.43 g; Tłuszcz: 61.77 g; Kw. tł. nasy.: 26.21 g; Węglowodany ogółem: 102.87 g; Błonnik pok.: 21.16 g; Sól: 5.96 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-07-07 WARSZAWA PIM MSWiA

	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
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 Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wprzowych 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 kawalków mięsa extra- wp z dod. wody, b.ml z pol. kawalków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Jabliko 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, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Mielona Szynka gotowana extra- wp z kawalków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawalków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Jabliko 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 kawalków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawalków 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, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawalków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawalków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Jabliko 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, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawalków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawalków 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, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawalków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawalków 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, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawalków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawalków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 50 g	
Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (GLU PSZ, MLE) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Makaron 180 g (GLU PSZ, MLE) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (GLU PSZ, MLE) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Makaron 180 g (GLU PSZ, MLE) Dyńia z wody 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Klopsik wieprzowy 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ, MLE) Dyńia z wody 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (GLU PSZ, MLE) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Makaron 180 g (GLU PSZ, MLE) Dyńia z wody 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (GLU PSZ, MLE) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Makaron 180 g (GLU PSZ, MLE) Dyńia z wody 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Bitka wieprzowa z szynki duszona 60 g (GLU PSZ, MLE) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Makaron 100 g (GLU PSZ, MLE) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (GLU PSZ, MLE) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Makaron 120 g (GLU PSZ, MLE) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (GLU PSZ, MLE) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Makaron 140 g (GLU PSZ, MLE) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
PD				Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Jabliko 150 g		Sałatka owocowa - dieta (jabł,ban,brzoskwinia) 150 g		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Dżem 80 g 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, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Mielona Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wprzowiny 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 wprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Dżem 80 g 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 50 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wprzowiny 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, MLE) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wprzowiny 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 wprzowiny 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
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, zapiekany z dod. biał. mleka w osłonce niejadalnej. 30 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, MLE) 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)	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, zapiekany z dod. biał. mleka w osłonce niejadalnej. 30 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL)		Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Sałata zielona 10 g	

		Salata zielona 10 g			Salata zielona 10 g				
		Wartość energetyczna: 2439.85 kcal; Białko ogółem: 100.02 g; Tłuszcz: 78.19 g; Kw. tł. nasy.: 30.68 g; Węglowodany 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; Węglowodany ogółem: 393.20 g; W tym cukry: 101.63 g; Błonnik pok.: 10.22 g;	Wartość energetyczna: 2422.16 kcal; Białko ogółem: 91.06 g; Tłuszcz: 53.77 g; Kw. tł. nasy.: 22.66 g; Węglowodany ogółem: 401.57 g; W tym cukry: 104.07 g; Błonnik pok.: 19.84 g; Sól: 8.44 g;	Wartość energetyczna: 2283.23 kcal; Białko ogółem: 104.48 g; Tłuszcz: 77.88 g; Kw. tł. nasy.: 28.83 g; Węglowodany ogółem: 311.45 g; W tym cukry: 45.08 g; Błonnik pok.: 47.88 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; Węglowodany 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; Węglowodany 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; Węglowodany 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; Węglowodany ogółem: 298.57 g; W tym cukry: 66.99 g; Błonnik pok.: 21.91 g; Sól: 7.22 g;
		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.węglowodanów 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
2024-06-26 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU, PSZ, SOJ.) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU, PSZ, SOJ.) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 40 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-pszenno-pszenny 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU, PSZ, SOJ.) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU, PSZ, SOJ.) Pomidor 40 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 130 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU, PSZ, SOJ.) Pomidor 40 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU, PSZ, SOJ.) Pomidor 50 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU, PSZ, SOJ.) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Słupki z marchewki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE)	
		Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami* 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 180 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 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 Mizeria 130 g (MLE) Cukinia pieczona z olejem* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/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* 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* 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
PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Arbuz 150 g				Arbuz 150 g		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-07-07 WARSZAWA PIM MSWiA

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>) Salatka wiosenna 80 g Salata 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 a'la homogenizowany 100 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany 100 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek prażonych 80 g Salata 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 a'la homogenizowany 100 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek prażonych 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>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Salatka wiosenna 80 g Salata 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 a'la homogenizowany 100 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek prażonych 80 g Salata 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>) Salatka wiosenna 40 g Salata 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>) Salatka wiosenna 50 g Salata 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>) Salatka wiosenna 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 10 g		Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) mielona Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 10 g		
	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: 2202.92 kcal; Białko ogółem: 91.36 g; Tłuszcz: 49.96 g; Kw. tł. nasy.: 24.69 g; Węglowodany ogółem: 359.50 g; W tym cukry: 86.93 g; Błonnik pok.: 21.99 g; Sól: 7.61 g;	Wartość energetyczna: 2236.68 kcal; Białko ogółem: 96.49 g; Tłuszcz: 50.86 g; Kw. tł. nasy.: 24.93 g; Węglowodany ogółem: 359.75 g; W tym cukry: 88.08 g; Błonnik pok.: 18.86 g; Sól: 6.83 g;	Wartość energetyczna: 2291.09 kcal; Białko ogółem: 104.98 g; Tłuszcz: 76.24 g; Kw. tł. nasy.: 34.08 g; Węglowodany ogółem: 319.26 g; W tym cukry: 54.45 g; Błonnik pok.: 43.49 g; Sól: 8.64 g;	Wartość energetyczna: 2202.27 kcal; Białko ogółem: 91.34 g; Tłuszcz: 49.96 g; Kw. tł. nasy.: 24.69 g; Węglowodany ogółem: 359.35 g; W tym cukry: 86.83 g; Błonnik pok.: 21.96 g; Sól: 7.60 g;	Wartość energetyczna: 1438.74 kcal; Białko ogółem: 62.26 g; Tłuszcz: 44.80 g; Kw. tł. nasy.: 23.26 g; Węglowodany ogółem: 203.19 g; W tym cukry: 77.81 g; Błonnik pok.: 10.86 g; Sól: 4.44 g;	Wartość energetyczna: 1679.66 kcal; Białko ogółem: 71.23 g; Tłuszcz: 57.60 g; Kw. tł. nasy.: 30.69 g; Węglowodany ogółem: 227.11 g; W tym cukry: 81.47 g; Błonnik pok.: 13.18 g; Sól: 5.23 g;	Wartość energetyczna: 1940.08 kcal; Białko ogółem: 81.42 g; Tłuszcz: 64.48 g; Kw. tł. nasy.: 34.25 g; Węglowodany ogółem: 268.40 g; W tym cukry: 88.22 g; Błonnik pok.: 16.66 g; Sól: 6.42 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-07-07 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia
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) Łopatka zbojnicka 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) Łopatka zbojnicka 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) Łopatka zbojnicka 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 razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatka zbojnicka 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) Łopatka zbojnicka 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) Łopatka zbojnicka 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) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 30 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) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
II/ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Paszтет sojowy z pomidorami 50 g (SOJ, GOR) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Banan 150 g	
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Mieso wieprzowe mielone w sosie w/ 80 g (GLU PSZ) Ziemniaki młode gotowane 180 g Cukinia pieczona z olejem * 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE) Cukinia pieczona z olejem * 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem * 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 200 ml (GLU PSZ, SEL) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE) 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) Ślupki z marchewki 50 g	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, 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	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony 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	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 wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Mielona Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	Masło extra 82% 5 g (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	
	Wartość energetyczna: 2085.79 kcal; Białko ogółem: 78.74 g; Tłuszcz: 52.11 g; Kw. tł. nasy.: 23.22 g; Węglowodany ogółem: 339.29 g; W tym cukry: 59.69 g; Błonnik pok.: 28.73 g; Sól: 8.90 g;	Wartość energetyczna: 2163.74 kcal; Białko ogółem: 79.07 g; Tłuszcz: 51.10 g; Kw. tł. nasy.: 22.38 g; Węglowodany ogółem: 359.30 g; W tym cukry: 72.10 g; Błonnik pok.: 25.16 g; Sól: 8.94 g;	Wartość energetyczna: 2208.30 kcal; Białko ogółem: 75.36 g; Tłuszcz: 59.27 g; Kw. tł. nasy.: 23.04 g; Węglowodany ogółem: 341.87 g; W tym cukry: 72.10 g; Błonnik pok.: 19.10 g; Sól: 7.89 g;	Wartość energetyczna: 2095.75 kcal; Białko ogółem: 85.36 g; Tłuszcz: 67.56 g; Kw. tł. nasy.: 22.01 g; Węglowodany ogółem: 304.29 g; W tym cukry: 32.32 g; Błonnik pok.: 47.71 g; Sól: 9.16 g;	Wartość energetyczna: 2249.52 kcal; Białko ogółem: 82.27 g; Tłuszcz: 57.46 g; Kw. tł. nasy.: 22.52 g; Węglowodany ogółem: 363.12 g; W tym cukry: 74.20 g; Błonnik pok.: 24.55 g; Sól: 8.47 g;	Wartość energetyczna: 1700.53 kcal; Białko ogółem: 70.14 g; Tłuszcz: 48.36 g; Kw. tł. nasy.: 20.56 g; Węglowodany ogółem: 255.51 g; W tym cukry: 81.66 g; Błonnik pok.: 17.35 g; Sól: 4.53 g;	Wartość energetyczna: 1780.96 kcal; Białko ogółem: 69.47 g; Tłuszcz: 55.22 g; Kw. tł. nasy.: 25.11 g; Węglowodany ogółem: 261.39 g; W tym cukry: 83.90 g; Błonnik pok.: 18.42 g; Sól: 4.86 g;	Wartość energetyczna: 1919.78 kcal; Białko ogółem: 76.29 g; Tłuszcz: 56.83 g; Kw. tł. nasy.: 25.33 g; Węglowodany ogółem: 287.52 g; W tym cukry: 85.34 g; Błonnik pok.: 20.50 g; Sól: 6.39 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-07-07 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia
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 Szyńska Konserwowa wieprzowa, 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) Szyńska Konserwowa wieprzowa, 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 1 szt (JAJ) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
II/ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, 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		Arbuz 150 g		
Obiad	Dyniowa z 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	Dyniowa z 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* 130 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami z/c 300 ml	Dyniowa z makaronem pełnoziarnistym* (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 Szpinał gotowany z olejem* 60 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami b/c 300 ml	Dyniowa z 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 Szpinał gotowany z olejem* 130 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami z/c 300 ml	Dyniowa z 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	Dyniowa z 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	Dyniowa z 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	Dyniowa z 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
PD				Arbuz 150 g Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (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) Arbuz 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) Arbuz 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) Jabłko pieczone 150 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 ze szczypiorkiem 100 g (MLE) Ogórek świeży 40 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
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyńska mielona Szyńska drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyńska mielona Szyńska drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyńska mielona Szyńska drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyńska mielona Szyńska drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyńska mielona Szyńska drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyńska mielona Szyńska drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyńska mielona Szyńska drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyńska mielona Szyńska drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g
	Wartość energetyczna: 2270.17 kcal; Białko ogółem: 99.94 g; Tłuszcz: 59.03 g; Kw. tł. nasy.: 24.66 g; Weglowodany ogółem: 348.29 g; W tym cukry: 88.19 g; Błonnik pok.: 31.20 g; Sól: 8.25 g;	Wartość energetyczna: 2302.66 kcal; Białko ogółem: 104.73 g; Tłuszcz: 58.10 g; Kw. tł. nasy.: 24.55 g; Weglowodany ogółem: 349.61 g; W tym cukry: 82.59 g; Błonnik pok.: 22.41 g; Sól: 7.72 g;	Wartość energetyczna: 2186.06 kcal; Białko ogółem: 98.74 g; Tłuszcz: 49.80 g; Kw. tł. nasy.: 21.55 g; Weglowodany ogółem: 345.02 g; W tym cukry: 75.50 g; Błonnik pok.: 21.47 g; Sól: 7.41 g;	Wartość energetyczna: 2124.79 kcal; Białko ogółem: 107.47 g; Tłuszcz: 62.21 g; Kw. tł. nasy.: 24.01 g; Weglowodany ogółem: 303.84 g; W tym cukry: 58.97 g; Błonnik pok.: 42.89 g; Sól: 8.32 g;	Wartość energetyczna: 2174.70 kcal; Białko ogółem: 96.70 g; Tłuszcz: 49.70 g; Kw. tł. nasy.: 21.60 g; Weglowodany ogółem: 345.18 g; Błonnik pok.: 23.73 g; Sól: 8.06 g;	Wartość energetyczna: 1559.93 kcal; Białko ogółem: 73.57 g; Tłuszcz: 41.82 g; Kw. tł. nasy.: 18.45 g; Weglowodany ogółem: 228.38 g; W tym cukry: 101.71 g; Błonnik pok.: 13.28 g; Sól: 3.80 g;	Wartość energetyczna: 1671.73 kcal; Białko ogółem: 75.41 g; Tłuszcz: 49.46 g; Kw. tł. nasy.: 23.51 g; Weglowodany ogółem: 237.88 g; W tym cukry: 105.44 g; Błonnik pok.: 14.91 g; Sól: 4.02 g;	Wartość energetyczna: 2085.65 kcal; Białko ogółem: 98.02 g; Tłuszcz: 59.52 g; Kw. tł. nasy.: 26.44 g; Weglowodany ogółem: 298.51 g; W tym cukry: 113.73 g; Błonnik pok.: 21.15 g; Sól: 5.91 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-07-07 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia
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,parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Jablko 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,parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Jablko 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,parzonyw 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,parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Pomidor 80 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
	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	
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.) Ziemniaki młode gotowane 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 130 g Kalafior 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.) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU 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 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, SEL) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 140 g (GLU JECZ.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD			Jablko 150 g Maślanka 150 ml (MLE)	Jablko 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) Schab Maryny-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzon a z wodą dodaną. 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU,PSZ, JAJ, SEL, GÓR) 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,parzon a z wodą dodaną. 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU,PSZ, JAJ, SEL, GÓR) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab Maryny-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzon a z wodą dodaną. 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU,PSZ, JAJ, SEL, GÓR) 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,parzon a z wodą dodaną. 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU,PSZ, JAJ, SEL, GÓR) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ) Rzodkiew biała 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) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) 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,parzon a z wodą dodaną. 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU,PSZ, JAJ, SEL, GÓR) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
	PN	Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU,PSZ, JAJ, MLE) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 150g 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	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE)	Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU,PSZ, JAJ, MLE) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (GLU,PSZ, JAJ, MLE)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE)
	Wartość energetyczna: 2587.88 kcal; Białko ogółem: 106.97 g; Tłuszcz: 80.27 g; Kw. tł. nasy.: 33.63 g; Weglowodany 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; Weglowodany ogółem: 374.08 g; W tym cukry: 79.11 g; Błonnik pok.: 26.61 g; Sól: 8.23 g;	Wartość energetyczna: 2117.46 kcal; Białko ogółem: 87.65 g; Tłuszcz: 54.82 g; Kw. tł. nasy.: 23.17 g; Weglowodany ogółem: 327.76 g; W tym cukry: 83.96 g; Błonnik pok.: 20.30 g; Sól: 6.08 g;	Wartość energetyczna: 2305.61 kcal; Białko ogółem: 108.89 g; Tłuszcz: 75.14 g; Kw. tł. nasy.: 26.99 g; Weglowodany ogółem: 323.79 g; W tym cukry: 43.62 g; Błonnik pok.: 51.26 g; Sól: 10.20 g;	Wartość energetyczna: 2356.41 kcal; Białko ogółem: 92.72 g; Tłuszcz: 59.48 g; Kw. tł. nasy.: 24.62 g; Weglowodany ogółem: 374.34 g; W tym cukry: 83.09 g; Błonnik pok.: 25.01 g; Sól: 7.58 g;	Wartość energetyczna: 1667.24 kcal; Białko ogółem: 70.53 g; Tłuszcz: 50.73 g; Kw. tł. nasy.: 20.55 g; Weglowodany ogółem: 239.70 g; W tym cukry: 81.89 g; Błonnik pok.: 17.71 g; Sól: 3.52 g;	Wartość energetyczna: 1943.01 kcal; Białko ogółem: 79.24 g; Tłuszcz: 64.56 g; Kw. tł. nasy.: 27.85 g; Weglowodany ogółem: 270.99 g; W tym cukry: 93.01 g; Błonnik pok.: 21.43 g; Sól: 4.21 g;	Wartość energetyczna: 2289.16 kcal; Białko ogółem: 98.02 g; Tłuszcz: 76.77 g; Kw. tł. nasy.: 33.03 g; Weglowodany ogółem: 313.38 g; W tym cukry: 101.24 g; Błonnik pok.: 24.67 g; Sól: 5.68 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-07-07 WARSZAWA PIM MSWiA

	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.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Kalepka 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Banan 150 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Kalepka 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Banan 150 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Kalepka 40 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Kalepka 50 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Kalepka 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
II/ŚN						Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Ogórek świeży 50 g		
Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL) 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 (GLU PSZ, SEL) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode gotowane 180 g Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode gotowane 180 g Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem pelnoziarnistym 400 ml (GLU PSZ, SEL) 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* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) 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 (GLU PSZ, SEL) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) 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 (GLU PSZ, SEL) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) 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 (GLU PSZ, SEL) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode gotowane 140 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD						Banan 150 g		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (MLE) Pomidor 80 g 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, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (MLE) Pomidor 80 g 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, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (MLE) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (MLE) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
PN	Chalka 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chalka 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE)		Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Schab Maryny-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzon a z wodą dodaną, 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chalka 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE)			
	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: 93.65 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.: 19.78 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: 7.45 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: 4.32 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;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-07-07 WARSZAWA PIM MSWiA

	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
Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa extra- wp z kawałków mięsa wp. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 40 g (GLUPSZ, 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 (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa extra- wp z kawałków mięsa wp. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 40 g (GLUPSZ, 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. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 40 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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 ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 40 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) Pomidor 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) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 40 g (GLUPSZ, 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. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 30 g (GLUPSZ, 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. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 30 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 40 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Rzodkiewka 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) Rzodkiewka 50 g		
Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowo-porczkowy* 100 g (MLE) Jabłko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowo-porczkowy* 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, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 180 g Mięso drobiowe mielone w sosie w 80 g (GLU PSZ) Szpinak gotowany z olejem* 130 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos majerankowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z marchwii 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-porczkowy* 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.) Ryż na sypko 100 g Sos jogurtowo-porczkowy* 100 g (MLE) Jabłko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 120 g Sos jogurtowo-porczkowy* 100 g (MLE) Jabłko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 140 g Sos jogurtowo-porczkowy* 100 g (MLE) Jabłko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
PD				Maślanka 150 ml (MLE) Arbuz 150 g		Arbuz 150 g		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) 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 ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Dyńia z wody 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Dyńia z wody 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) 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 ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Dyńia 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 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 ZYT.) 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
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g		
	Wartość energetyczna: 2175.64 kcal; Białko ogółem: 73.26 g; Tłuszcz: 55.28 g; Kw. tł. nasy.: 29.81 g; Węglowodany ogółem: 362.61 g; W tym cukry: 79.18 g; Błonnik pok.: 32.39 g; Sol: 8.56 g;	Wartość energetyczna: 2229.50 kcal; Białko ogółem: 74.30 g; Tłuszcz: 42.82 g; Kw. tł. nasy.: 22.28 g; Węglowodany ogółem: 396.74 g; W tym cukry: 109.27 g; Błonnik pok.: 26.61 g; Sol: 7.62 g;	Wartość energetyczna: 2291.75 kcal; Białko ogółem: 96.44 g; Tłuszcz: 55.28 g; Kw. tł. nasy.: 23.34 g; Węglowodany ogółem: 359.44 g; W tym cukry: 93.93 g; Błonnik pok.: 19.19 g; Sol: 6.84 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: 59.27 g; Błonnik pok.: 49.94 g; Sol: 8.56 g;	Wartość energetyczna: 2249.50 kcal; Białko ogółem: 77.10 g; Tłuszcz: 43.02 g; Kw. tł. nasy.: 22.25 g; Węglowodany ogółem: 398.14 g; W tym cukry: 110.47 g; Błonnik pok.: 25.11 g; Sol: 6.97 g;	Wartość energetyczna: 1538.33 kcal; Białko ogółem: 63.58 g; Tłuszcz: 42.28 g; Kw. tł. nasy.: 23.47 g; Węglowodany ogółem: 235.62 g; W tym cukry: 85.04 g; Błonnik pok.: 18.32 g; Sol: 4.17 g;	Wartość energetyczna: 1718.98 kcal; Białko ogółem: 65.43 g; Tłuszcz: 52.65 g; Kw. tł. nasy.: 30.04 g; Węglowodany ogółem: 256.89 g; W tym cukry: 97.31 g; Błonnik pok.: 20.14 g; Sol: 4.53 g;	Wartość energetyczna: 1975.63 kcal; Białko ogółem: 75.75 g; Tłuszcz: 58.95 g; Kw. tł. nasy.: 33.42 g; Węglowodany ogółem: 287.90 g; W tym cukry: 102.65 g; Błonnik pok.: 23.09 g; Sol: 6.04 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-07-07 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia
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>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 80 g Salata 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>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 80 g Salata 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 100 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) mielona Szyunka 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	Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 80 g Salata 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>) Szyunka 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 Salata 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 Salata 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 Salata 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 Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU, PSZ, 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	
Obiad	Jarzynowa z makaronem (bez mлека) 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 mлека)* 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 Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mлека) 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 Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mлека)* 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 mлека) 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 mлека)* 200 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 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 mлека)* 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 mлека)* 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
PD				Pieczewo 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>)	
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>) Szyunkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Salatka wiosenna 80 g Salata 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>) Szyunkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Jabłko pieczone 150 g Salata 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 Szyunkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szyunkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Salatka wiosenna 80 g Salata 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>) Szyunkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Jabłko pieczone 150 g Salata 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>) Szyunkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Salatka wiosenna 40 g Salata 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>) Szyunkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Salatka wiosenna 50 g Salata 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>) Szyunkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Salatka wiosenna 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-07-07 WARSZAWA PIM MSWiA

PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU,PSZ, GLU ZYT, MLE</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biały młeka w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU,PSZ, SEL</u>) Salata zielona 10 g		Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU,PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biały młeka w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU,PSZ, SEL</u>) Salata zielona 10 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU,PSZ, GLU ZYT, MLE</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biały młeka w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU,PSZ, SEL</u>) Salata zielona 10 g		Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU,PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biały młeka w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU,PSZ, SEL</u>) Salata zielona 10 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU,PSZ, GLU ZYT, MLE</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biały młeka w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU,PSZ, SEL</u>) Salata 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: 2054.70 kcal; Białko ogółem: 103.91 g; Tłuszcz: 61.71 g; Kw. tł. nasy.: 23.04 g; Węglowodany ogółem: 287.35 g; W tym cukry: 39.69 g; Sól: 11.01 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: 1416.84 kcal; Białko ogółem: 70.90 g; Tłuszcz: 39.32 g; Kw. tł. nasy.: 14.93 g; Węglowodany ogółem: 201.43 g; W tym cukry: 78.27 g; Błonnik pok.: 13.94 g; Sól: 6.24 g;		Wartość energetyczna: 1493.97 kcal; Białko ogółem: 69.23 g; Tłuszcz: 46.28 g; Kw. tł. nasy.: 19.47 g; Węglowodany ogółem: 207.52 g; W tym cukry: 80.80 g; Błonnik pok.: 15.33 g; Sól: 6.43 g;		Wartość energetyczna: 1876.28 kcal; Białko ogółem: 92.48 g; Tłuszcz: 56.76 g; Kw. tł. nasy.: 22.48 g; Węglowodany ogółem: 258.53 g; W tym cukry: 87.86 g; Błonnik pok.: 20.57 g; Sól: 8.21 g;			
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.węglowodanów prostych		W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa		W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia		W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia		W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia				
Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, OW</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU,PSZ, GLU ZYT, MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU,PSZ, GLU ZYT, MLE</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml		Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, OW</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU,PSZ, GLU ZYT, MLE</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Dżem 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml		Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, OW</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU,PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU,PSZ, GLU ZYT, MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, OW</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU,PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Dżem 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml		Platki owsiane na mleku 150 ml (<u>MLE, GLU, OW</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU,PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 40 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml		Platki owsiane na mleku 200 ml (<u>MLE, GLU, OW</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU,PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml		Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, OW</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU,PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml			
	Gruszka 150 g																	
2024-07-03 środa	II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU,PSZ, GLU ZYT, MLE</u>) Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml													
Obiad	Kapuśniak z kapusty białej* 400 ml (<u>GLU,PSZ, SEL, GOR</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (<u>GLU,PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy* 80 ml (<u>GLU,PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU, JECZ</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml		Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU,PSZ, SEL</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (<u>GLU,PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy* 80 ml (<u>GLU,PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU, JECZ</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml		Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU,PSZ, SEL</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (<u>GLU,PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy* 80 ml (<u>GLU,PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU, JECZ</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml		Kapuśniak z kapusty białej* 400 ml (<u>GLU,PSZ, SEL, GOR</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (<u>GLU,PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy* 80 ml (<u>GLU,PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU, JECZ</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml		Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU,PSZ, SEL</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (<u>GLU,PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy* 80 ml (<u>GLU,PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU, JECZ</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml		Ziemniaczana *(bez mleka) 200 ml (<u>GLU,PSZ, SEL</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 50 g (<u>GLU,PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy* 80 ml (<u>GLU,PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 120 g (<u>GLU, JECZ</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Kapuśniak z kapusty białej* 300 ml (<u>GLU,PSZ, SEL, GOR</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 60 g (<u>GLU,PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy* 80 ml (<u>GLU,PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 120 g (<u>GLU, JECZ</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml		Kapuśniak z kapusty białej* 300 ml (<u>GLU,PSZ, SEL, GOR</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (<u>GLU,PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy* 80 ml (<u>GLU,PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 140 g (<u>GLU, JECZ</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml		Kapuśniak z kapusty białej* 300 ml (<u>GLU,PSZ, SEL, GOR</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (<u>GLU,PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy* 80 ml (<u>GLU,PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 140 g (<u>GLU, JECZ</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	
	Masłanka 150 ml (<u>MLE</u>) Jabłko 150 g										Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)							

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-07-07 WARSZAWA PIM MSWiA

Kolacja	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>) Paprykarz szczeciński 100 g (<u>RYB, SOJ</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata 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>) Szynka gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 50 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Mielona Szynka gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 50 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml 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>) Paprykarz szczeciński 100 g (<u>RYB, SOJ</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata 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 50 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 30 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Sałata 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>) Szynka gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 30 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE</u>) Ogórek świeży 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE</u>) Ogórek świeży 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 50 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
Zł	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 10 g	Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ</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 Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 10 g
	Wartość energetyczna: 2397.60 kcal; Białko ogółem: 92.53 g; Tłuszcz: 70.72 g; Kw. tł. nasy.: 25.37 g; Węglowodany ogółem: 364.71 g; W tym cukry: 67.41 g; Błonnik pok.: 35.34 g; Sól: 9.41 g;	Wartość energetyczna: 2481.76 kcal; Białko ogółem: 88.46 g; Tłuszcz: 54.06 g; Kw. tł. nasy.: 23.30 g; Węglowodany ogółem: 420.38 g; W tym cukry: 114.41 g; Błonnik pok.: 23.54 g; Sól: 9.26 g;	Wartość energetyczna: 2522.08 kcal; Białko ogółem: 94.61 g; Tłuszcz: 54.44 g; Kw. tł. nasy.: 23.21 g; Węglowodany ogółem: 422.13 g; W tym cukry: 116.81 g; Błonnik pok.: 18.94 g; Sól: 7.63 g;	Wartość energetyczna: 2296.54 kcal; Białko ogółem: 99.79 g; Tłuszcz: 73.40 g; Kw. tł. nasy.: 22.93 g; Węglowodany ogółem: 333.84 g; W tym cukry: 53.58 g; Błonnik pok.: 49.22 g; Sól: 9.72 g;	Wartość energetyczna: 2501.76 kcal; Białko ogółem: 91.26 g; Tłuszcz: 54.26 g; Kw. tł. nasy.: 23.27 g; Węglowodany ogółem: 421.78 g; W tym cukry: 115.61 g; Błonnik pok.: 22.04 g; Sól: 8.61 g;	Wartość energetyczna: 1457.04 kcal; Białko ogółem: 64.07 g; Tłuszcz: 36.08 g; Kw. tł. nasy.: 16.51 g; Węglowodany ogółem: 227.76 g; W tym cukry: 74.66 g; Błonnik pok.: 18.01 g; Sól: 4.27 g;	Wartość energetyczna: 1632.79 kcal; Białko ogółem: 67.90 g; Tłuszcz: 51.33 g; Kw. tł. nasy.: 22.91 g; Węglowodany ogółem: 235.01 g; W tym cukry: 81.03 g; Błonnik pok.: 20.76 g; Sól: 4.96 g;	Wartość energetyczna: 1944.99 kcal; Białko ogółem: 84.95 g; Tłuszcz: 58.52 g; Kw. tł. nasy.: 25.55 g; Węglowodany ogółem: 281.50 g; W tym cukry: 88.04 g; Błonnik pok.: 25.15 g; Sól: 6.50 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-07-07 WARSZAWA PIM MSWiA

	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
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszaný pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa 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 (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa 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 (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Ogórek świeży 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Arbuz 150 g	
Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Sos boloński z mięsa wieprz top* 150 g (GLU PSZ, SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ) Sałata zielona z rzodkiewką i jogurtem 60 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Sos boloński z mięsa wieprz top* 150 g (GLU PSZ, SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Sos boloński z mięsa wieprz top* 150 g (GLU PSZ, SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Sos boloński z mięsa wieprz top* 150 g (GLU PSZ, SEL) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ) Sałata zielona z rzodkiewką i jogurtem 60 g (MLE) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ) Sos boloński z mięsa wieprz top* 150 g (GLU PSZ, SEL) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 200 ml (GLU PSZ, SEL) Sos boloński z mięsa wieprz top* 150 g (GLU PSZ, SEL) Makaron 120 g (GLU PSZ) Sałata zielona z rzodkiewką i jogurtem 60 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL) Sos boloński z mięsa wieprz top* 150 g (GLU PSZ, SEL) Makaron 120 g (GLU PSZ) Sałata zielona z rzodkiewką i jogurtem 60 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL) Sos boloński z mięsa wieprz top* 150 g (GLU PSZ, SEL) Makaron 140 g (GLU PSZ) Sałata zielona z rzodkiewką i jogurtem 60 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
PD				Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ)			Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml	
Kolacja	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasztet z fasoli* 100 g (JAJ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) 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 Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasztet z fasoli* 100 g (JAJ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ) Papryka świeża 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
PN	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ)	Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Sałata zielona 10 g		Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Sałata zielona 10 g	Sałata zielona 10 g Chleb mieszaný pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ)
	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;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-07-07 WARSZAWA PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	
2024-07-05 piątek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Dżem 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek 50 g (MLE) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 50 g (MLE) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
		II ŚN		Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Jabłko 150 g			
	Obiad	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode gotowane 180 g Surówka z kapusty młodej z olejem 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 Surówka z kapusty młodej z olejem 130 g Warzywa po grecku* 60 g (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode gotowane 120 g 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* 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 120 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* 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
		PD	Maślanka 150 ml (MLE) Słupki z marchewki 50 g		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt				
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Pomidor 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) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Cukinia pieczona z olejem* 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szyńska Konserwowa 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 Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyńska Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (SOJ) Cukinia pieczona z olejem* 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
		PN	Szyńska Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Sałata zielona 10 g	Masło extra 82% 5 g (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szyńska Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyńska Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyńska Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyńska Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ) Sałata 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) Sałata 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) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2187.60 kcal; Białko ogółem: 93.19 g; Tłuszcz: 58.72 g; Kw. tł. nasy.: 24.07 g; Węglowodany ogółem: 335.58 g; W tym cukry: 76.18 g; Błonnik pok.: 31.30 g; Sól: 7.71 g;	Wartość energetyczna: 2276.86 kcal; Białko ogółem: 96.16 g; Tłuszcz: 57.18 g; Kw. tł. nasy.: 23.85 g; Węglowodany ogółem: 353.88 g; W tym cukry: 91.89 g; Błonnik pok.: 21.99 g; Sól: 7.34 g;	Wartość energetyczna: 2200.67 kcal; Białko ogółem: 92.28 g; Tłuszcz: 48.78 g; Kw. tł. nasy.: 20.78 g; Węglowodany ogółem: 356.77 g; W tym cukry: 93.02 g; Błonnik pok.: 18.79 g; Sól: 7.29 g;	Wartość energetyczna: 2030.18 kcal; Białko ogółem: 100.52 g; Tłuszcz: 59.18 g; Kw. tł. nasy.: 21.81 g; Węglowodany ogółem: 295.49 g; W tym cukry: 50.30 g; Błonnik pok.: 44.61 g; Sól: 8.14 g;	Wartość energetyczna: 2181.47 kcal; Białko ogółem: 89.03 g; Tłuszcz: 48.61 g; Kw. tł. nasy.: 20.85 g; Węglowodany ogółem: 356.62 g; W tym cukry: 91.89 g; Błonnik pok.: 21.99 g; Sól: 8.26 g;	Wartość energetyczna: 1357.84 kcal; Białko ogółem: 63.25 g; Tłuszcz: 34.87 g; Kw. tł. nasy.: 15.20 g; Węglowodany ogółem: 203.13 g; W tym cukry: 86.94 g; Błonnik pok.: 14.41 g; Sól: 3.34 g;	Wartość energetyczna: 1442.49 kcal; Białko ogółem: 61.42 g; Tłuszcz: 41.85 g; Kw. tł. nasy.: 19.74 g; Węglowodany ogółem: 211.13 g; W tym cukry: 89.51 g; Błonnik pok.: 15.75 g; Sól: 3.45 g;	Wartość energetyczna: 1732.63 kcal; Białko ogółem: 78.93 g; Tłuszcz: 47.43 g; Kw. tł. nasy.: 21.80 g; Węglowodany ogółem: 254.90 g; W tym cukry: 98.41 g; Błonnik pok.: 19.15 g; Sól: 4.39 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-07-07 WARSZAWA PIM MSWiA

	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
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) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 40 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Salata 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) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 40 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jabłko pieczone 150 g Salata lodowa 20 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, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 40 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) 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) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 40 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Salata 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, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 40 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jabłko pieczone 150 g Salata 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, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 40 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 40 g Salata 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, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 40 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 50 g Salata 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, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 40 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
	II / SN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Ser żółty 30 g (MLE) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Banan 150 g		
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) Ziemniaki młode gotowane 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	Ogórkowa z ziemniakami * 200 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 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
	PD				Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Jogurt owoce leśne 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) Pasztet Ciecianowski-Pasztet surowców wieprzowych pieczony 70g (GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielony Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU, PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Rzodkiew biała 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Rzodkiew biała 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-07-07 WARSZAWA PIM MSWiA

PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE</u>)		Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Kurczak zapiekany- produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biał. mleka w osłonce niejadalnej 30 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, GOR</u>) <i>może zawierać: GLU PSZ, SEL</i> Salata zielona 10 g	Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Dżem 25 g 1 szt Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)		Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt								
	Wartość energetyczna: 2196.84 kcal; Białko ogółem: 79.48 g; Tłuszcz: 58.52 g; Kw. tł. nasy.: 21.67 g; Węglowodany ogółem: 350.39 g; W tym cukry: 66.00 g; Błonnik pok.: 30.73 g; Sól: 8.87 g;		Wartość energetyczna: 2185.71 kcal; Białko ogółem: 81.52 g; Tłuszcz: 42.64 g; Kw. tł. nasy.: 18.63 g; Węglowodany ogółem: 381.27 g; W tym cukry: 83.11 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sól: 8.37 g;		Wartość energetyczna: 1973.32 kcal; Białko ogółem: 80.45 g; Tłuszcz: 41.88 g; Kw. tł. nasy.: 18.33 g; Węglowodany ogółem: 329.63 g; W tym cukry: 85.52 g; Błonnik pok.: 21.53 g; Sól: 6.96 g;		Wartość energetyczna: 2205.06 kcal; Białko ogółem: 84.29 g; Tłuszcz: 42.84 g; Kw. tł. nasy.: 18.60 g; Węglowodany ogółem: 382.53 g; W tym cukry: 84.21 g; Błonnik pok.: 23.82 g; Sól: 10.49 g;		Wartość energetyczna: 1548.52 kcal; Białko ogółem: 64.42 g; Tłuszcz: 30.44 g; Kw. tł. nasy.: 12.09 g; Węglowodany ogółem: 262.45 g; W tym cukry: 100.48 g; Błonnik pok.: 15.99 g; Sól: 4.82 g;		Wartość energetyczna: 1670.99 kcal; Białko ogółem: 63.52 g; Tłuszcz: 37.70 g; Kw. tł. nasy.: 16.69 g; Węglowodany ogółem: 278.66 g; W tym cukry: 102.94 g; Błonnik pok.: 17.78 g; Sól: 5.04 g;		Wartość energetyczna: 1889.41 kcal; Białko ogółem: 73.38 g; Tłuszcz: 40.98 g; Kw. tł. nasy.: 17.93 g; Węglowodany ogółem: 318.10 g; W tym cukry: 111.57 g; Błonnik pok.: 21.28 g; Sól: 5.86 g;			
W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa		W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna		W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków żołądkowych		W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych		W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa		W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia		W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia		W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia		
Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</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 Salata 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 Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</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 Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/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 Salata 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 wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Pomidor 40 g Salata 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 wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml Salata 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 wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Pomidor 80 g Salata 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 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka schabowa 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny (l) 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 jabkami* 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 (l) 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 jabkami* z/c 300 ml		Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Mieso wieprzowe mielone w sosie wł 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny (l) 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 jabkami* 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 (l) 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 jabkami* z/c 300 ml		Pomidorowa z makaronem * 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka schabowa 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny (l) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane 120 g Mizeria 130 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabkami* z/c 250 ml		Pomidorowa z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka schabowa 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny (l) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane 120 g Mizeria 130 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabkami* 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 (l) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane 140 g Mizeria 130 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabkami* 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 (l) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane 140 g Mizeria 130 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabkami* z/c 300 ml	
Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>) Jabko 150 g		Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>) Jabko 150 g		Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>) Jabko 150 g		Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>) Jabko 150 g		Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>) Jabko 150 g		Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>) Jabko 150 g		Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>) Jabko 150 g		Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>) Jabko 150 g		
Kolekcja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Jabko 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna		Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany 100 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek prażonych 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml		Chleb razowy żytnio-pszeniczny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany 100 g (<u>MLE</u>) Kalarepa 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany 100 g (<u>MLE</u>) Kalarepa 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 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 Salata 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>) Kalarepa 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Kalarepa 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Kalarepa 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-07-07 WARSZAWA PIM MSWiA

	ekspresowa z/c 300 ml	ekspresowa z/c 300 ml			ekspresowa z/c 300 ml			
PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u>)	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</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>) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SÓJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Salata zielona 10 g	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</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, S02,</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: 2531.12 kcal; Białko ogółem: 103.71 g; Tłuszcz: 67.16 g; Kw. tł. nasy.: 25.76 g; Węglowodany ogółem: 389.56 g; W tym cukry: 119.24 g; Błonnik pok.: 22.09 g; Sól: 7.07 g;	Wartość energetyczna: 2551.03 kcal; Białko ogółem: 99.42 g; Tłuszcz: 70.73 g; Kw. tł. nasy.: 26.94 g; Węglowodany ogółem: 389.91 g; W tym cukry: 119.90 g; Błonnik pok.: 19.84 g; Sól: 6.22 g;	Wartość energetyczna: 2095.13 kcal; Białko ogółem: 105.85 g; Tłuszcz: 65.47 g; Kw. tł. nasy.: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 292.30 g; W tym cukry: 59.74 g; Błonnik pok.: 43.96 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2531.12 kcal; Białko ogółem: 103.71 g; Tłuszcz: 67.16 g; Kw. tł. nasy.: 25.76 g; Węglowodany ogółem: 389.56 g; W tym cukry: 119.24 g; Błonnik pok.: 22.09 g; Sól: 7.07 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;

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,