

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA WARSZAWA WIM SZASERÓW

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne
Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Mielona Szynka Konserwowa w pieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawalków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (SOJ.) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	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.) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Konserwowa w pieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawalków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (SOJ.) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Płatki pszenne na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 15 g	Płatki pszenne na mleku 200 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.) Ogórek kiszony 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	
II śni				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Papryka świeża 50 g			
Obiad	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Naleśniki z serem białym 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ) Klopsik drobiowy z uźdzca 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 130 g (SEL.) Sznajak gotowany z olejem* 60 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Klopsik drobiowy z uźdzca 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 130 g (SEL.) Sznajak gotowany z olejem* 60 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Naleśniki z serem białym 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Naleśniki z serem białym 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Klopsik drobiowy z uźdzca 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 130 g (SEL.) Sznajak gotowany z olejem* 130 g (GLU PSZ) Jabko 150 g Drożdżówka różna 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
PD				Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Jabko 150 g		Jabko 150 g			
Kolejka	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Mielona Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	
BN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Mielona Szynkowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Mielona Szynkowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Salata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Salata zielona 10 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Salata zielona 10 g	
	Wartość energetyczna: 2687.77 kcal; Białko ogółem: 115.18 g; Tłuszcz: 85.87 g; Kw. tł. nasy.: 35.19 g; Węglowodany ogółem: 380.14 g; W tym cukry: 108.52 g; Błonnik pok.: 30.73 g; Sól: 11.83 g;	Wartość energetyczna: 2384.99 kcal; Białko ogółem: 91.81 g; Tłuszcz: 56.38 g; Kw. tł. nasy.: 25.85 g; Węglowodany ogółem: 390.13 g; W tym cukry: 117.22 g; Błonnik pok.: 20.67 g; Sól: 8.47 g;	Wartość energetyczna: 2335.72 kcal; Białko ogółem: 91.22 g; Tłuszcz: 57.91 g; Kw. tł. nasy.: 22.29 g; Węglowodany ogółem: 371.64 g; W tym cukry: 72.62 g; Błonnik pok.: 21.09 g; Sól: 8.60 g;	Wartość energetyczna: 2375.97 kcal; Białko ogółem: 108.47 g; Tłuszcz: 76.14 g; Kw. tł. nasy.: 24.88 g; Węglowodany ogółem: 336.17 g; W tym cukry: 42.92 g; Błonnik pok.: 55.45 g; Sól: 10.62 g;	Wartość energetyczna: 2290.03 kcal; Białko ogółem: 84.99 g; Tłuszcz: 47.68 g; Kw. tł. nasy.: 22.84 g; Węglowodany ogółem: 278.86 g; W tym cukry: 117.71 g; Błonnik pok.: 19.89 g; Sól: 8.80 g;	Wartość energetyczna: 2042.76 kcal; Białko ogółem: 95.37 g; Tłuszcz: 64.68 g; Kw. tł. nasy.: 27.22 g; Węglowodany ogółem: 285.44 g; W tym cukry: 122.77 g; Błonnik pok.: 14.08 g; Sól: 7.22 g;	Wartość energetyczna: 2134.51 kcal; Białko ogółem: 95.93 g; Tłuszcz: 71.97 g; Kw. tł. nasy.: 31.86 g; Węglowodany ogółem: 320.54 g; W tym cukry: 121.08 g; Błonnik pok.: 16.36 g; Sól: 7.86 g;	Wartość energetyczna: 2396.64 kcal; Białko ogółem: 109.79 g; Tłuszcz: 79.86 g; Kw. tł. nasy.: 34.68 g; Węglowodany ogółem: 320.54 g; W tym cukry: 126.40 g; Błonnik pok.: 19.78 g; Sól: 10.25 g;	Wartość energetyczna: 1477.99 kcal; Białko ogółem: 52.59 g; Tłuszcz: 39.52 g; Kw. tł. nasy.: 6.76 g; Węglowodany ogółem: 241.85 g; W tym cukry: 24.29 g; Błonnik pok.: 24.91 g; Sól: 2.30 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA WARSZAWA WIM SZASERÓW

		W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne
2025-04-15 wtorek	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 15 g	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 15 g	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 15 g	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 z koperkiem 80 g (MLE) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 15 g	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 15 g	Kasza jaglana na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Kakao na mleku z/c 250 ml (MLE) Cukier 15 g	Kasza jaglana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Kakao na mleku z/c 300 ml (MLE) Cukier 15 g	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Kakao na mleku z/c 300 ml (MLE) Cukier 15 g	
	II śni				Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków miesa 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Słupki z marchewki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Słupki z marchewki 70 g			
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (GLU PSZ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (GLU PSZ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 80 g (GLU PSZ.) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (GLU PSZ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 130 g Cukinia pieczona z olejem * 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (GLU PSZ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bitka z szynki wieprzowej 60 g (GLU PSZ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 120 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (GLU PSZ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 120 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (GLU PSZ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 140 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (GLU PSZ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 130 g Cukinia pieczona z olejem * 130 g Jabłko 150 g Chalka 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD				Maślanka 150 ml (MLE) Płatki pszenne 10 g (GLU PSZ.)		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) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Cukinia pieczona z koncentratem * 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Cukinia pieczona z koncentratem * 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 30g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Szynkowa dębowa 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) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa 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) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	
		Wartość energetyczna: 2474.24 kcal; Białko ogółem: 107.01 g; Tłuszcz: 72.54 g; Kw. tł. nasy.: 29.03 g; Węglowodany ogółem: 362.75 g; W tym cukry: 74.01 g; Błonnik pok.: 31.58 g; Sól: 9.65 g;	Wartość energetyczna: 2498.87 kcal; Białko ogółem: 111.96 g; Tłuszcz: 66.03 g; Kw. tł. nasy.: 28.46 g; Węglowodany ogółem: 374.58 g; W tym cukry: 79.50 g; Błonnik pok.: 23.43 g; Sól: 8.73 g;	Wartość energetyczna: 2510.87 kcal; Białko ogółem: 109.61 g; Tłuszcz: 69.07 g; Kw. tł. nasy.: 29.27 g; Węglowodany ogółem: 372.63 g; W tym cukry: 80.61 g; Błonnik pok.: 21.71 g; Sól: 7.79 g;	Wartość energetyczna: 2429.71 kcal; Białko ogółem: 114.91 g; Tłuszcz: 76.21 g; Kw. tł. nasy.: 27.26 g; Węglowodany ogółem: 340.13 g; W tym cukry: 62.46 g; Błonnik pok.: 48.05 g; Sól: 9.74 g;	Wartość energetyczna: 2508.87 kcal; Białko ogółem: 113.36 g; Tłuszcz: 66.13 g; Kw. tł. nasy.: 28.44 g; Węglowodany ogółem: 375.28 g; W tym cukry: 80.10 g; Błonnik pok.: 22.68 g; Sól: 8.41 g;	Wartość energetyczna: 1818.83 kcal; Białko ogółem: 82.83 g; Tłuszcz: 47.82 g; Kw. tł. nasy.: 22.14 g; Węglowodany ogółem: 272.06 g; W tym cukry: 120.56 g; Błonnik pok.: 17.92 g; Sól: 4.88 g;	Wartość energetyczna: 1967.17 kcal; Białko ogółem: 90.29 g; Tłuszcz: 59.79 g; Kw. tł. nasy.: 28.30 g; Węglowodany ogółem: 275.08 g; W tym cukry: 121.72 g; Błonnik pok.: 18.70 g; Sól: 5.60 g;	Wartość energetyczna: 2224.49 kcal; Białko ogółem: 103.12 g; Tłuszcz: 64.43 g; Kw. tł. nasy.: 30.55 g; Węglowodany ogółem: 317.21 g; W tym cukry: 128.73 g; Błonnik pok.: 21.74 g; Sól: 7.06 g;	Wartość energetyczna: 1091.41 kcal; Białko ogółem: 43.59 g; Tłuszcz: 33.27 g; Kw. tł. nasy.: 4.22 g; Węglowodany ogółem: 162.07 g; W tym cukry: 28.84 g; Błonnik pok.: 14.78 g; Sól: 2.23 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA WARSZAWA WIM SZASERÓW

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne
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) Szynka gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra-wp z mielona Szynka gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 15 g	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 15 g	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	
II śni				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	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 80 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Fasolka szparagowa z wody* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mięka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Pulpet drobiowy 80 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Fasolka szparagowa z wody* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mięka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Pulpet drobiowy 80 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Marchew gotowana z olejem* 130 g	Pieczarkowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mięka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Pulpet drobiowy 80 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mięka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Pulpet drobiowy 80 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z makaronem * 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 80 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 80 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 120 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 80 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 140 g Fasolka szparagowa z wody* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 80 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Fasolka szparagowa z wody* 130 g Surówka z marchwi z olejem b/c 130 g Jabłko 150 g Drożdżówka różna 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
PD				Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (MLE) Płatki owsiane 10 g (GLU OW.)		Koktajl truskawkowy* 200 ml (MLE)			
Kolejacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) Ogórek konserwowy 80 g (GOR.) Mix salat 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) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) Jabłko pieczone 150 g Mix salat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jabłko pieczone 150 g Mix salat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) Ogórek konserwowy 80 g (GOR.) Mix salat 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) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jabłko pieczone 150 g Mix salat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 40 g Mix salat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 40 g Mix salat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 80 g Mix salat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Salata zielona 10 g		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Salata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Salata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Salata zielona 10 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Salata zielona 10 g	
	Wartość energetyczna: 2013.79 kcal; Białko ogółem: 83.86 g; Tłuszcz: 45.75 g; Kw. tł. nasy.: 20.52 g; Węglowodany ogółem: 330.36 g; W tym cukry: 46.21 g; Błonnik pok.: 29.86 g; Sól: 8.89 g;	Wartość energetyczna: 2191.19 kcal; Białko ogółem: 83.38 g; Tłuszcz: 44.69 g; Kw. tł. nasy.: 20.38 g; Węglowodany ogółem: 376.07 g; W tym cukry: 83.57 g; Błonnik pok.: 26.83 g; Sól: 8.54 g;	Wartość energetyczna: 2202.45 kcal; Białko ogółem: 87.65 g; Tłuszcz: 50.32 g; Kw. tł. nasy.: 20.88 g; Węglowodany ogółem: 359.81 g; W tym cukry: 87.22 g; Błonnik pok.: 21.96 g; Sól: 8.61 g;	Wartość energetyczna: 2088.02 kcal; Białko ogółem: 95.77 g; Tłuszcz: 60.42 g; Kw. tł. nasy.: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 313.74 g; W tym cukry: 46.73 g; Błonnik pok.: 47.15 g; Sól: 8.98 g;	Wartość energetyczna: 2182.45 kcal; Białko ogółem: 84.85 g; Tłuszcz: 50.12 g; Kw. tł. nasy.: 20.91 g; Węglowodany ogółem: 358.41 g; W tym cukry: 86.02 g; Błonnik pok.: 23.46 g; Sól: 9.26 g;	Wartość energetyczna: 1449.05 kcal; Białko ogółem: 66.12 g; Tłuszcz: 35.07 g; Kw. tł. nasy.: 15.67 g; Węglowodany ogółem: 224.94 g; W tym cukry: 85.38 g; Błonnik pok.: 15.37 g; Sól: 4.36 g;	Wartość energetyczna: 1529.92 kcal; Białko ogółem: 66.42 g; Tłuszcz: 42.88 g; Kw. tł. nasy.: 20.36 g; Węglowodany ogółem: 227.66 g; W tym cukry: 82.31 g; Błonnik pok.: 16.39 g; Sól: 4.68 g;	Wartość energetyczna: 1855.20 kcal; Białko ogółem: 82.95 g; Tłuszcz: 46.72 g; Kw. tł. nasy.: 21.79 g; Węglowodany ogółem: 285.80 g; W tym cukry: 90.49 g; Błonnik pok.: 21.31 g; Sól: 6.63 g;	Wartość energetyczna: 1158.79 kcal; Białko ogółem: 39.79 g; Tłuszcz: 28.63 g; Kw. tł. nasy.: 5.83 g; Węglowodany ogółem: 195.99 g; W tym cukry: 28.28 g; Błonnik pok.: 18.18 g; Sól: 2.40 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA WARSZAWA WIM SZASERÓW

		W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne
2025-04-17 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Papryka świeża 80 g (MLE) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Dymia z wody 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Dymia z wody 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 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) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Dymia z wody 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Płatki owsiane na mleku 150 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Papryka świeża 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 15 g	Płatki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Papryka świeża 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	
	II śni			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Słupki z marchewki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Słupki z marchewki 50 g			
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Fasolka po bretońsku 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ziemniaki gotowane 180 g Jabłko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Mięso wieprzowe mielone w sosie w/ 80 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane 180 g Cukinia pieczona z olejem * 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kasotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 130 g Salatka szwedzka z olejem b/c 130 g (GOR.) Cukinia pieczona z olejem * 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Salatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Salatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Salatka szwedzka z olejem b/c 130 g (GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Bitka schabowa 80 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Salatka szwedzka z olejem b/c 130 g (GOR.) Cukinia pieczona z olejem * 130 g Jabłko 150 g Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SOJ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Ciasto drożdżowe b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Maślanka 150 ml (MLE)			Jabłko 150 g			
	Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Salatka jarzynowa* 80 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Salatka jarzynowa*dieta 80 g (MLE, SEL.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Mielona Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Salatka jarzynowa*dieta 80 g (MLE, SEL.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Salatka jarzynowa*dieta 80 g (MLE, 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.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Salatka jarzynowa* 40 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Salatka jarzynowa* 50 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Salatka jarzynowa* 50 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Salatka jarzynowa* 80 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	
PN		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) 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 20 g	Bułka pszenna długa krojona 50 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	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 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	
		Wartość energetyczna: 2315.49 kcal; Białko ogółem: 85.24 g; Tłuszcz: 61.90 g; Kw. tł. nasy.: 25.16 g; Węglowodany ogółem: 373.90 g; W tym cukry: 60.14 g; Błonnik pok.: 42.54 g; Sól: 9.96 g;	Wartość energetyczna: 2183.64 kcal; Białko ogółem: 88.19 g; Tłuszcz: 60.30 g; Kw. tł. nasy.: 23.18 g; Węglowodany ogółem: 333.61 g; W tym cukry: 47.08 g; Błonnik pok.: 29.41 g; Sól: 8.81 g;	Wartość energetyczna: 2210.42 kcal; Białko ogółem: 96.55 g; Tłuszcz: 61.53 g; Kw. tł. nasy.: 23.55 g; Węglowodany ogółem: 326.56 g; W tym cukry: 45.87 g; Błonnik pok.: 21.73 g; Sól: 7.30 g;	Wartość energetyczna: 2328.19 kcal; Białko ogółem: 98.21 g; Tłuszcz: 66.21 g; Kw. tł. nasy.: 24.38 g; Węglowodany ogółem: 327.14 g; W tym cukry: 42.43 g; Błonnik pok.: 47.44 g; Sól: 10.57 g;	Wartość energetyczna: 2213.64 kcal; Białko ogółem: 92.39 g; Tłuszcz: 60.60 g; Kw. tł. nasy.: 23.13 g; Węglowodany ogółem: 335.71 g; W tym cukry: 48.88 g; Błonnik pok.: 27.16 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 1684.26 kcal; Białko ogółem: 74.00 g; Tłuszcz: 50.88 g; Kw. tł. nasy.: 15.82 g; Węglowodany ogółem: 243.36 g; W tym cukry: 59.09 g; Błonnik pok.: 22.68 g; Sól: 6.48 g;	Wartość energetyczna: 1755.02 kcal; Białko ogółem: 73.48 g; Tłuszcz: 58.89 g; Kw. tł. nasy.: 22.10 g; Węglowodany ogółem: 244.27 g; W tym cukry: 56.03 g; Błonnik pok.: 23.98 g; Sól: 6.84 g;	Wartość energetyczna: 2030.72 kcal; Białko ogółem: 85.83 g; Tłuszcz: 66.85 g; Kw. tł. nasy.: 23.87 g; Węglowodany ogółem: 284.79 g; W tym cukry: 63.34 g; Błonnik pok.: 28.60 g; Sól: 8.67 g;	Wartość energetyczna: 1151.37 kcal; Białko ogółem: 46.92 g; Tłuszcz: 38.23 g; Kw. tł. nasy.: 6.15 g; Węglowodany ogółem: 161.48 g; W tym cukry: 26.53 g; Błonnik pok.: 17.42 g; Sól: 4.17 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA WARSZAWA WIM SZASERÓW

		W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne	
2025-04-18 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek kiszony 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Dżem 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) mielona Szyunkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Dżem 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek kiszony 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szyunkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Dżem 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</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>) Ogórek kiszony 40 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 15 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</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>) Ogórek kiszony 50 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek kiszony 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g		
	II śN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)				
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 60 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 60 g (<u>RYB.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 60 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki gotowane 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 60 g (<u>RYB.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 60 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki gotowane 120 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki gotowane 140 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (<u>SEL</u>) Jabłko 150 g Pączek 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml		
	PD				Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Jabłko 150 g			Salatka owocowa (banan,pomarańcza,jabłko) 150 g			
	Kolejka	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>) Twaróg półtłusty 100g (<u>MLE</u>) Jabłko 150 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>) Twaróg półtłusty 100g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 100g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 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>) Twaróg półtłusty 100g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 50g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/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% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 50g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 100g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		
PN		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 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>) mielona Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 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 Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 10 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 10 g		
		Wartość energetyczna: 2237.71 kcal; Białko ogółem: 99.45 g; Tłuszcz: 65.30 g; Kw. tł. nasy.: 24.89 g; Węglowodany ogółem: 327.88 g; W tym cukry: 58.20 g; Błonnik pok.: 31.57 g; Sól: 9.17 g;	Wartość energetyczna: 2355.32 kcal; Białko ogółem: 101.23 g; Tłuszcz: 61.56 g; Kw. tł. nasy.: 24.46 g; Węglowodany ogółem: 361.23 g; W tym cukry: 87.06 g; Błonnik pok.: 25.72 g; Sól: 7.39 g;	Wartość energetyczna: 2290.99 kcal; Białko ogółem: 99.11 g; Tłuszcz: 54.14 g; Kw. tł. nasy.: 21.59 g; Węglowodany ogółem: 362.88 g; W tym cukry: 89.33 g; Błonnik pok.: 23.47 g; Sól: 7.59 g;	Wartość energetyczna: 2167.76 kcal; Białko ogółem: 109.42 g; Tłuszcz: 70.78 g; Kw. tł. nasy.: 23.89 g; Węglowodany ogółem: 295.36 g; W tym cukry: 48.60 g; Błonnik pok.: 45.17 g; Sól: 8.52 g;	Wartość energetyczna: 2280.86 kcal; Białko ogółem: 98.19 g; Tłuszcz: 54.25 g; Kw. tł. nasy.: 21.83 g; Węglowodany ogółem: 361.33 g; W tym cukry: 87.92 g; Błonnik pok.: 24.97 g; Sól: 8.23 g;	Wartość energetyczna: 1553.68 kcal; Białko ogółem: 73.45 g; Tłuszcz: 47.30 g; Kw. tł. nasy.: 19.32 g; Węglowodany ogółem: 216.38 g; W tym cukry: 88.34 g; Błonnik pok.: 16.32 g; Sól: 4.50 g;	Wartość energetyczna: 1584.51 kcal; Białko ogółem: 70.01 g; Tłuszcz: 53.34 g; Kw. tł. nasy.: 23.33 g; Węglowodany ogółem: 214.66 g; W tym cukry: 83.15 g; Błonnik pok.: 17.50 g; Sól: 4.75 g;	Wartość energetyczna: 1954.41 kcal; Białko ogółem: 95.88 g; Tłuszcz: 64.45 g; Kw. tł. nasy.: 26.62 g; Węglowodany ogółem: 258.22 g; W tym cukry: 89.14 g; Błonnik pok.: 22.21 g; Sól: 6.47 g;	Wartość energetyczna: 1156.84 kcal; Białko ogółem: 40.03 g; Tłuszcz: 39.25 g; Kw. tł. nasy.: 8.01 g; Węglowodany ogółem: 171.36 g; W tym cukry: 50.42 g; Błonnik pok.: 21.32 g; Sól: 2.42 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA WARSZAWA WIM SZASERÓW

		W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne
2025-04-19 sobota	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) Sędz z cebulką w oleju 100 g (RYB.) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	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 1 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	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 1 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 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) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	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.) Ogórek kiszony 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 15 g	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.) Ogórek kiszony 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 15 g	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 1 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 15 g	
	II śni				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Hummus 50 g (SEZ.) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Sok jablkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt			
	Obiad	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 130 g Fasolka szparagowa z wody* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane 100 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 200 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane 100 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 120 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki gotowane 140 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki gotowane 140 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Pulpet rybno-warzywny* 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 130 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Banan 150 g Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD				Maślanka 150 ml (MLE) Płatki pszenne 10 g (GLU PSZ.)		Banan 150 g			
	Kolejka	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 100 g (RYB, SEL.) Salatka z pomidorów i koperku 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 ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (RYB, SEL.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (RYB, SEL.) Salatka z pomidorów i koperku 80 g Sałata zielona 20 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami** 100 g (RYB, SEL.) Dynia z wody 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 100 g (RYB, SEL.) Salatka z pomidorów i koperku 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 ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (RYB, SEL.) Dynia z wody 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/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 ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 40 g (RYB, SEL.) Salatka z pomidorów i koperku 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 50 g (RYB, SEL.) Salatka z pomidorów i koperku 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (RYB, SEL.) Salatka z pomidorów i koperku 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	
	PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek 50 g (MLE) Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)			
		Wartość energetyczna: 2428.01 kcal; Białko ogółem: 78.05 g; Tłuszcz: 95.30 g; Kw. tł. nasy.: 25.66 g; Węglowodany ogółem: 329.75 g; W tym cukry: 56.74 g; Błonnik pok.: 32.60 g; Sól: 12.11 g;	Wartość energetyczna: 2088.49 kcal; Białko ogółem: 76.09 g; Tłuszcz: 56.79 g; Kw. tł. nasy.: 19.89 g; Węglowodany ogółem: 331.10 g; W tym cukry: 55.83 g; Błonnik pok.: 28.01 g; Sól: 7.43 g;	Wartość energetyczna: 2114.40 kcal; Białko ogółem: 82.01 g; Tłuszcz: 54.70 g; Kw. tł. nasy.: 19.71 g; Węglowodany ogółem: 334.31 g; W tym cukry: 59.46 g; Błonnik pok.: 25.84 g; Sól: 6.32 g;	Wartość energetyczna: 2239.97 kcal; Białko ogółem: 81.25 g; Tłuszcz: 89.93 g; Kw. tł. nasy.: 27.18 g; Węglowodany ogółem: 297.98 g; W tym cukry: 42.56 g; Błonnik pok.: 47.58 g; Sól: 10.77 g;	Wartość energetyczna: 2094.40 kcal; Białko ogółem: 79.21 g; Tłuszcz: 54.50 g; Kw. tł. nasy.: 19.74 g; Węglowodany ogółem: 332.91 g; W tym cukry: 58.26 g; Błonnik pok.: 27.34 g; Sól: 6.97 g;	Wartość energetyczna: 1526.12 kcal; Białko ogółem: 53.97 g; Tłuszcz: 41.40 g; Kw. tł. nasy.: 13.59 g; Węglowodany ogółem: 241.66 g; W tym cukry: 97.77 g; Błonnik pok.: 17.58 g; Sól: 4.08 g;	Wartość energetyczna: 1580.53 kcal; Białko ogółem: 52.23 g; Tłuszcz: 47.36 g; Kw. tł. nasy.: 18.01 g; Węglowodany ogółem: 244.21 g; W tym cukry: 93.91 g; Błonnik pok.: 18.54 g; Sól: 4.23 g;	Wartość energetyczna: 1878.99 kcal; Białko ogółem: 67.55 g; Tłuszcz: 55.99 g; Kw. tł. nasy.: 19.66 g; Węglowodany ogółem: 286.35 g; W tym cukry: 102.13 g; Błonnik pok.: 23.83 g; Sól: 6.18 g;	Wartość energetyczna: 907.77 kcal; Białko ogółem: 30.14 g; Tłuszcz: 16.55 g; Kw. tł. nasy.: 1.51 g; Węglowodany ogółem: 168.45 g; W tym cukry: 45.69 g; Błonnik pok.: 19.33 g; Sól: 2.24 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA WARSZAWA WIM SZASERÓW

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne	
2025-04-20 niedziela	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-psenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g Ciasto marchewkowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, SO2) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Chirzan 15 g (MLE, SO2) Cytryna 10 g	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g Ciasto marchewkowe 50 g (GLU PSZ, JAJ) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Cytryna 10 g	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Łopatką zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g Ciasto marchewkowe 50 g (GLU PSZ, JAJ) Cytryna 10 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-psenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Ciasto marchewkowe bez cukru 50 g (GLU PSZ, JAJ) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Chirzan 15 g (MLE, SO2) Cytryna 10 g	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g Ciasto marchewkowe 50 g (GLU PSZ, JAJ) Cytryna 10 g	Kasza jaglana na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Łopatką zbójnicka wieprzowa wędzona 20 g (SOJ) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 15 g Ciasto marchewkowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, SO2) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Cytryna 10 g	Kasza jaglana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g Ciasto marchewkowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, SO2) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Cytryna 10 g	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g Ciasto marchewkowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, SO2) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Cytryna 10 g	
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-psenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Hummus z ciecierzycy 50 g Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Niespodzianka 1 szt				
	Obiad	Żurek z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Ziemniaki gotowane 180 g Kotlet schabowy 80 g (GLUPSZ, JAJ) Cwikla z chrzanem b/c 130 g (MLE, SO2) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemiacczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Bitka schabowa 80 g (GLU PSZ) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemiacczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 80 g (GLU PSZ) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Żurek z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Bitka schabowa 80 g (GLU PSZ) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Cwikla z chrzanem b/c 130 g (MLE, SO2) Fasolka szparagowa z wody* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemiacczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Bitka schabowa 80 g (GLU PSZ) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Żurek z ziemniakami * 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Bitka schabowa 80 g (GLU PSZ) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Żurek z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Ziemniaki gotowane 140 g Bitka schabowa 80 g (GLU PSZ) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Żurek z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Ziemniaki gotowane 140 g Bitka schabowa 80 g (GLU PSZ) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Żurek z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Ziemniaki gotowane 180 g Bitka schabowa 80 g (GLU PSZ) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Cwikla z chrzanem b/c 130 g (MLE, SO2) Fasolka szparagowa z wody* 130 g Jabiko 150 g Babka piaskowa 50 g (GLUPSZ, JAJ, OZI, MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Jabiko 150 g			Galaretko o smaku truskawkowym z owocami 200 g			
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-psenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cytryna 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR) Mus z jabłek prażonych 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cytryna 10 g	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR) Mus z jabłek prażonych 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cytryna 10 g	Chleb razowy żytnio-psenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cytryna 10 g Chirzan 15 g (MLE, SO2)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR) Papryka świeża 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cytryna 10 g	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Papryka świeża 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 40 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Papryka świeża 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cytryna 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cytryna 10 g		
	PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2)		Chleb razowy żytnio-psenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLUPSZ, SOJ) Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2) Dżem 25 g 1 szt				
	Wartość energetyczna: 2489.59 kcal; Białko ogółem: 97.26 g; Tłuszcz: 72.02 g; Kw. tł. nasy.: 25.12 g; Węglowodany ogółem: 376.02 g; W tym cukry: 60.80 g; Błonnik pok.: 32.47 g; Sól: 8.97 g;	Wartość energetyczna: 2606.50 kcal; Białko ogółem: 105.41 g; Tłuszcz: 67.42 g; Kw. tł. nasy.: 24.68 g; Węglowodany ogółem: 408.12 g; W tym cukry: 107.46 g; Błonnik pok.: 25.78 g; Sól: 9.65 g;	Wartość energetyczna: 2568.02 kcal; Białko ogółem: 97.95 g; Tłuszcz: 66.39 g; Kw. tł. nasy.: 24.33 g; Węglowodany ogółem: 407.39 g; W tym cukry: 109.79 g; Błonnik pok.: 22.63 g; Sól: 7.97 g;	Wartość energetyczna: 2354.95 kcal; Białko ogółem: 109.27 g; Tłuszcz: 70.90 g; Kw. tł. nasy.: 24.33 g; Węglowodany ogółem: 340.35 g; W tym cukry: 53.02 g; Błonnik pok.: 46.99 g; Sól: 11.00 g;	Wartość energetyczna: 2556.50 kcal; Białko ogółem: 101.96 g; Tłuszcz: 62.77 g; Kw. tł. nasy.: 23.15 g; Węglowodany ogółem: 259.42 g; W tym cukry: 108.66 g; Błonnik pok.: 24.28 g; Sól: 8.82 g;	Wartość energetyczna: 1777.94 kcal; Białko ogółem: 78.65 g; Tłuszcz: 50.23 g; Kw. tł. nasy.: 16.33 g; Węglowodany ogółem: 264.73 g; W tym cukry: 62.96 g; Błonnik pok.: 14.09 g; Sól: 4.25 g;	Wartość energetyczna: 1880.40 kcal; Białko ogółem: 80.18 g; Tłuszcz: 58.78 g; Kw. tł. nasy.: 21.34 g; Węglowodany ogółem: 264.73 g; W tym cukry: 60.66 g; Błonnik pok.: 15.68 g; Sól: 4.89 g;	Wartość energetyczna: 2148.82 kcal; Białko ogółem: 92.66 g; Tłuszcz: 63.26 g; Kw. tł. nasy.: 23.05 g; Węglowodany ogółem: 310.92 g; W tym cukry: 71.23 g; Błonnik pok.: 19.25 g; Sól: 5.95 g;	Wartość energetyczna: 1007.49 kcal; Białko ogółem: 45.29 g; Tłuszcz: 26.87 g; Kw. tł. nasy.: 6.57 g; Węglowodany ogółem: 153.97 g; W tym cukry: 52.83 g; Błonnik pok.: 19.56 g; Sól: 2.75 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA WARSZAWA WIM SZASERÓW

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) 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) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Sernik 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g Cytryna 10 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Sernik 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g Cytryna 10 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Ogórek kiszony 80 g Chirzan 15 g (MLE, SO2) Ciasto drożdżowe b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ) Cytryna 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Ogórek kiszony 80 g Chirzan 15 g (MLE, SO2) Ciasto drożdżowe b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ) Cytryna 10 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Ogórek kiszony 80 g Sernik 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Cytryna 10 g	Płatki owsiane na mleku 150 ml (MLE, GLU OW.) Bulka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 15 g Ogórek kiszony 40 g Sernik 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Cytryna 10 g	Płatki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU OW.) Bulka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) Ogórek kiszony 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Sernik 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Cytryna 10 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g Ogórek kiszony 80 g Sernik 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Cytryna 10 g	
II śni				Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Jabłko 150 g			
Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Cukinia pieczona z olejem * 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Mięso drobiowe mielone w sosie w/ 80 g (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem * 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g Brokuł gotowany* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Cukinia pieczona z olejem * 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 100 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 120 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 120 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 130 g (SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 130 g Drożdżówka różna 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Jabłko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
PD				Maślanka 150 ml (MLE) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.)		Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE)			
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) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, SEL, GOR, SEZ.) Salatka jarzynowa* dieta 80 g (JAJ, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Cwikła z chrzanem 50 g (MLE, SO2.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cytryna 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka 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, SEL, GOR, SEZ.) Salatka jarzynowa* dieta 80 g (MLE, SEL.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cytryna 10 g Pietruszka natka 5 g	Bulka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, SEL, GOR, SEZ.) Salatka jarzynowa* dieta 80 g (MLE, SEL.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cytryna 10 g Pietruszka natka 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 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, SEL, GOR, SEZ.) Salatka jarzynowa* dieta 80 g (MLE, SEL.) Pietruszka natka 5 g Cwikła z chrzanem b/c 50 g (MLE, SO2.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cytryna 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka 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 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, SEL, GOR, SEZ.) Salatka jarzynowa* dieta 80 g (MLE, SEL.) Salatka jarzynowa* dieta 80 g (MLE, SEL.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cytryna 10 g Pietruszka natka 5 g	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE.) Bulka 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 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, SEL, GOR, SEZ.) Salatka jarzynowa* dieta 40 g (MLE, SEL.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 10 g	Bulka 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 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, SEL, GOR, SEZ.) Salatka jarzynowa* dieta 50 g (MLE, SEL.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cytryna 10 g	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, SEL, GOR, SEZ.) Salatka jarzynowa* dieta 80 g (MLE, SEL.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cytryna 10 g	
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.) Salata zielona 10 g	Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielony Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Salata zielona 10 g	Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielony Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Salata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-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.) Salata 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.) Salata zielona 10 g	Bulka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Salata zielona 10 g	Bulka 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.) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 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.) Salata zielona 10 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA WARSZAWA WIM SZASERÓW

2025-04-22 wtorek	5-04-21 poniedziałek	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	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne
		Wartość energetyczna: 2442.06 kcal; Białko ogółem: 114.75 g; Tłuszcz: 79.47 g; Kw. tł. nasy.: 29.70 g; Węglowodany ogółem: 332.92 g; W tym cukry: 43.22 g; Błonnik pok.: 30.82 g; Sól: 11.30 g;	Wartość energetyczna: 2603.06 kcal; Białko ogółem: 121.12 g; Tłuszcz: 78.58 g; Kw. tł. nasy.: 31.02 g; Węglowodany ogółem: 364.91 g; W tym cukry: 72.80 g; Błonnik pok.: 23.64 g; Sól: 9.26 g;	Wartość energetyczna: 2562.63 kcal; Białko ogółem: 101.89 g; Tłuszcz: 63.37 g; Kw. tł. nasy.: 24.75 g; Węglowodany ogółem: 379.18 g; W tym cukry: 77.40 g; Błonnik pok.: 23.05 g; Sól: 7.17 g;	Wartość energetyczna: 2576.67 kcal; Białko ogółem: 131.45 g; Tłuszcz: 74.86 g; Kw. tł. nasy.: 29.70 g; Węglowodany ogółem: 334.05 g; W tym cukry: 38.80 g; Błonnik pok.: 45.27 g; Sól: 11.75 g;	Wartość energetyczna: 2676.72 kcal; Białko ogółem: 114.95 g; Tłuszcz: 72.22 g; Kw. tł. nasy.: 29.02 g; Węglowodany ogółem: 375.10 g; W tym cukry: 75.14 g; Błonnik pok.: 25.44 g; Sól: 8.30 g;	Wartość energetyczna: 1802.49 kcal; Białko ogółem: 101.16 g; Tłuszcz: 62.98 g; Kw. tł. nasy.: 23.62 g; Węglowodany ogółem: 215.93 g; W tym cukry: 52.52 g; Błonnik pok.: 15.14 g; Sól: 5.43 g;	Wartość energetyczna: 1882.27 kcal; Białko ogółem: 101.08 g; Tłuszcz: 70.97 g; Kw. tł. nasy.: 30.05 g; Węglowodany ogółem: 218.71 g; W tym cukry: 49.56 g; Błonnik pok.: 16.41 g; Sól: 5.56 g;	Wartość energetyczna: 2187.85 kcal; Białko ogółem: 115.03 g; Tłuszcz: 76.41 g; Kw. tł. nasy.: 32.23 g; Węglowodany ogółem: 271.40 g; W tym cukry: 56.02 g; Błonnik pok.: 21.76 g; Sól: 7.82 g;	Wartość energetyczna: 1409.91 kcal; Białko ogółem: 59.08 g; Tłuszcz: 50.00 g; Kw. tł. nasy.: 11.06 g; Węglowodany ogółem: 192.02 g; W tym cukry: 28.82 g; Błonnik pok.: 19.47 g; Sól: 3.07 g;
	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Mus z jabłek prażonych 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) mielona Schab Maryny- wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Mus z jabłek prażonych 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Mus z jabłek prażonych 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Makaron 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>) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 20 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 40 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 15 g	Makaron na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 40 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Jajko gotowane ki M 1 szt (<u>JAJ</u>) Słupki z marchewki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Banan 150 g				
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Ryż na sytko 180 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sytko 180 g Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sznajki gotowany z olejem* 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sznajki gotowany z olejem* 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Ryż na sytko (brązowy) 180 g Pulpbet mięsno-warzynny* (wieprzowy) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sznajki gotowany z olejem* 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sytko 180 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami *(bez mleka) 200 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sytko 120 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Ryż na sytko 120 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Ryż na sytko 180 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (<u>MLE</u>) Ryż na sytko 150 g Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Ryż na sytko 180 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
PD		Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE</u>)								
Kolejka	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>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ogórek konserwowy 80 g (<u>GOR</u>) 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>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Dymia z wody 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Dymia z wody 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ogórek konserwowy 80 g (<u>GOR</u>) 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>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Dymia z wody 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/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>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ogórek kiszony 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ogórek kiszony 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biał.mleka 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. biał.mleka w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL.</u>) Salata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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, może zawierać: GLU PSZ, SEL.</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>) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biał.mleka 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. biał.mleka 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 ŻYT.</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, może zawierać: GLU PSZ, SEL.</u>) Salata zielona 10 g	
	Wartość energetyczna: 2185.39 kcal; Białko ogółem: 83.27 g; Tłuszcz: 53.67 g; Kw. tł. nasy.: 24.59 g; Węglowodany ogółem: 359.12 g; W tym cukry: 88.62 g; Błonnik pok.: 25.46 g; Sól: 11.21 g;	Wartość energetyczna: 2208.54 kcal; Białko ogółem: 87.46 g; Tłuszcz: 44.11 g; Kw. tł. nasy.: 22.59 g; Węglowodany ogółem: 380.28 g; W tym cukry: 106.58 g; Błonnik pok.: 19.31 g; Sól: 9.44 g;	Wartość energetyczna: 2186.15 kcal; Białko ogółem: 96.75 g; Tłuszcz: 56.85 g; Kw. tł. nasy.: 23.68 g; Węglowodany ogółem: 333.61 g; W tym cukry: 61.82 g; Błonnik pok.: 20.38 g; Sól: 9.11 g;	Wartość energetyczna: 2316.10 kcal; Białko ogółem: 95.94 g; Tłuszcz: 76.08 g; Kw. tł. nasy.: 26.16 g; Węglowodany ogółem: 320.08 g; W tym cukry: 36.57 g; Błonnik pok.: 50.16 g; Sól: 11.16 g;	Wartość energetyczna: 2208.54 kcal; Białko ogółem: 87.46 g; Tłuszcz: 44.11 g; Kw. tł. nasy.: 22.59 g; Węglowodany ogółem: 380.28 g; W tym cukry: 106.58 g; Błonnik pok.: 19.31 g; Sól: 9.44 g;	Wartość energetyczna: 1593.49 kcal; Białko ogółem: 70.29 g; Tłuszcz: 33.86 g; Kw. tł. nasy.: 17.58 g; Węglowodany ogółem: 262.98 g; W tym cukry: 129.53 g; Błonnik pok.: 12.53 g; Sól: 6.00 g;	Wartość energetyczna: 1770.97 kcal; Białko ogółem: 72.47 g; Tłuszcz: 50.52 g; Kw. tł. nasy.: 24.34 g; Węglowodany ogółem: 268.98 g; W tym cukry: 127.46 g; Błonnik pok.: 14.96 g; Sól: 7.29 g;	Wartość energetyczna: 2010.50 kcal; Białko ogółem: 80.98 g; Tłuszcz: 54.06 g; Kw. tł. nasy.: 25.83 g; Węglowodany ogółem: 313.62 g; W tym cukry: 132.41 g; Błonnik pok.: 18.09 g; Sól: 9.36 g;	Wartość energetyczna: 1085.80 kcal; Białko ogółem: 34.59 g; Tłuszcz: 20.44 g; Kw. tł. nasy.: 5.15 g; Węglowodany ogółem: 200.32 g; W tym cukry: 81.40 g; Błonnik pok.: 10.87 g; Sól: 1.65 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA WARSZAWA WIM SZASERÓW

W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa										W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna										W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych										W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych										W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa										W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia										W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia										W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia										W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne																			
2025-04-23 środa	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) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wędzonych 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g										Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g										Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g										Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g										Ryż na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wędzonych 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Papryka świeża 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 15 g										Ryż na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wędzonych 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Papryka świeża 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g										Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wędzonych 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g																												
	II ŚN																				Chleb razowy pszenno-żytni 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.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml																														Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt																																																
	Obiad										Grycikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml										Grycikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Dymna z wody 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml										Grycikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 130 g Dymna z wody 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml										Grycikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml										Grycikowa z ziemniakami* 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 50 g Sos bazyliowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 120 g Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml										Grycikowa z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 50 g Sos bazyliowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 120 g Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml										Grycikowa z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 140 g Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml										Grycikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 130 g Dymna z wody 130 g Jabłko 150 g Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml																		
	PD																				Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Płatki owsiane 10 g (GLU OW.)																														Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (MLE)																																																
	Kolacja										Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Słupki z marchewki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml										Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Banan 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/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) Banan 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml										Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Słupki z marchewki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml										Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE) Słupki z marchewki 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml										Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE) Słupki z marchewki 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml										Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE) Słupki z marchewki 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml										Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Słupki z marchewki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml																		
PN										Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Salata zielona 10 g										Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Salata zielona 10 g										Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Salata zielona 10 g										Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Salata zielona 10 g										Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Salata zielona 10 g										Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Salata zielona 10 g										Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Salata zielona 10 g																													
										Wartość energetyczna: 2146.72 kcal; Białko ogółem: 101.82 g; Tłuszcz: 52.86 g; Kw. tł. nasy.: 24.32 g; Węglowodany ogółem: 329.28 g; W tym cukry: 47.45 g; Błonnik pok.: 29.92 g; Sól: 10.52 g;										Wartość energetyczna: 2247.51 kcal; Białko ogółem: 97.30 g; Tłuszcz: 39.24 g; Kw. tł. nasy.: 21.53 g; Węglowodany ogółem: 384.92 g; W tym cukry: 100.49 g; Błonnik pok.: 24.64 g; Sól: 8.70 g;										Wartość energetyczna: 2370.11 kcal; Białko ogółem: 95.54 g; Tłuszcz: 51.92 g; Kw. tł. nasy.: 23.10 g; Węglowodany ogółem: 388.09 g; W tym cukry: 102.52 g; Błonnik pok.: 21.35 g; Sól: 7.42 g;										Wartość energetyczna: 1988.88 kcal; Białko ogółem: 106.77 g; Tłuszcz: 49.09 g; Kw. tł. nasy.: 21.52 g; Węglowodany ogółem: 298.45 g; W tym cukry: 33.72 g; Błonnik pok.: 39.94 g; Sól: 10.95 g;										Wartość energetyczna: 2267.51 kcal; Białko ogółem: 100.10 g; Tłuszcz: 39.44 g; Kw. tł. nasy.: 21.50 g; Węglowodany ogółem: 386.32 g; W tym cukry: 101.69 g; Błonnik pok.: 23.14 g; Sól: 8.05 g;										Wartość energetyczna: 1437.15 kcal; Białko ogółem: 70.45 g; Tłuszcz: 38.10 g; Kw. tł. nasy.: 16.54 g; Węglowodany ogółem: 206.93 g; W tym cukry: 81.91 g; Błonnik pok.: 11.85 g; Sól: 5.56 g;										Wartość energetyczna: 1491.27 kcal; Białko ogółem: 68.22 g; Tłuszcz: 44.84 g; Kw. tł. nasy.: 22.62 g; Węglowodany ogółem: 207.97 g; W tym cukry: 78.52 g; Błonnik pok.: 12.56 g; Sól: 5.59 g;										Wartość energetyczna: 1886.02 kcal; Białko ogółem: 97.47 g; Tłuszcz: 54.05 g; Kw. tł. nasy.: 26.16 g; Węglowodany ogółem: 258.51 g; W tym cukry: 89.38 g; Błonnik pok.: 17.24 g; Sól: 7.47 g;										Wartość energetyczna: 842.36 kcal; Białko ogółem: 41.94 g; Tłuszcz: 11.43 g; Kw. tł. nasy.: 1.10 g; Węglowodany ogółem: 146.97 g; W tym cukry: 25.67 g; Błonnik pok.: 14.68 g; Sól: 3.76 g;									

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA WARSZAWA WIM SZASERÓW

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne
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) Poledwica Sopocka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody 40 g (SOJ, MLE) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody 40 g (SOJ, MLE) Mus z jabłek (l) b/c 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopocka mielona Poledwica Sopocka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody 40 g (SOJ, MLE) Mus z jabłek (l) b/c 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody 40 g (SOJ, MLE) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody 40 g (SOJ, MLE) Mus z jabłek (l) b/c 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody 20 g (SOJ, MLE) Ogórek kiszony 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 15 g	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody 30 g (SOJ, MLE) Ogórek kiszony 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody 40 g (SOJ, MLE) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	
II śni				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Twarożek 50 g (MLE) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Twarożek 50 g (MLE) Pomidor 50 g			
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLUPSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ) Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ) Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLUPSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 130 g (SEL.) Brokuł gotowany* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLUPSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLUPSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLUPSZ, SEL.) Makaron 120 g (GLU PSZ) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLUPSZ, SEL.) Makaron 120 g (GLU PSZ) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLUPSZ, SEL.) Makaron 140 g (GLU PSZ) Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 80 g (GLU PSZ) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Makaron 180 g (GLU PSZ) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 130 g (SEL.) Brokuł gotowany* 130 g Jabłko 150 g Pączek 1 szt (GLU PSZ, JAJ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
PD				Maślanka 150 ml (MLE) Jabłko 150 g		Jabłko 150 g			
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Paszтет z ciecierzycy 100 g (JAJ.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 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) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/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) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Paszтет z ciecierzycy 100 g (JAJ.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 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) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/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) Rzodkiew biała 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Rzodkiew biała 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Sałata zielona 10 g		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Sałata zielona 10 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Sałata zielona 10 g	
	Wartość energetyczna: 2408.54 kcal; Białko ogółem: 86.10 g; Tłuszcz: 77.96 g; Kw. tł. nasy.: 24.42 g; Węglowodany ogółem: 352.77 g; W tym cukry: 47.99 g; Błonnik pok.: 32.06 g; Sól: 10.01 g;	Wartość energetyczna: 2191.73 kcal; Białko ogółem: 86.05 g; Tłuszcz: 56.17 g; Kw. tł. nasy.: 23.12 g; Węglowodany ogółem: 346.85 g; W tym cukry: 43.94 g; Błonnik pok.: 26.22 g; Sól: 9.41 g;	Wartość energetyczna: 2239.57 kcal; Białko ogółem: 92.86 g; Tłuszcz: 56.65 g; Kw. tł. nasy.: 23.04 g; Węglowodany ogółem: 349.96 g; W tym cukry: 46.81 g; Błonnik pok.: 22.28 g; Sól: 7.79 g;	Wartość energetyczna: 2341.37 kcal; Białko ogółem: 96.82 g; Tłuszcz: 79.51 g; Kw. tł. nasy.: 23.25 g; Węglowodany ogółem: 326.66 g; W tym cukry: 51.31 g; Błonnik pok.: 50.62 g; Sól: 9.26 g;	Wartość energetyczna: 2211.73 kcal; Białko ogółem: 88.85 g; Tłuszcz: 56.37 g; Kw. tł. nasy.: 23.09 g; Węglowodany ogółem: 348.25 g; W tym cukry: 45.14 g; Błonnik pok.: 24.72 g; Sól: 8.76 g;	Wartość energetyczna: 1563.75 kcal; Białko ogółem: 75.44 g; Tłuszcz: 42.48 g; Kw. tł. nasy.: 17.31 g; Węglowodany ogółem: 228.49 g; W tym cukry: 57.69 g; Błonnik pok.: 18.12 g; Sól: 5.51 g;	Wartość energetyczna: 1638.09 kcal; Białko ogółem: 76.64 g; Tłuszcz: 49.87 g; Kw. tł. nasy.: 22.04 g; Węglowodany ogółem: 229.69 g; W tym cukry: 55.55 g; Błonnik pok.: 19.18 g; Sól: 6.15 g;	Wartość energetyczna: 1878.70 kcal; Białko ogółem: 87.55 g; Tłuszcz: 53.29 g; Kw. tł. nasy.: 23.50 g; Węglowodany ogółem: 273.06 g; W tym cukry: 61.02 g; Błonnik pok.: 24.03 g; Sól: 8.47 g;	Wartość energetyczna: 1235.52 kcal; Białko ogółem: 52.39 g; Tłuszcz: 33.78 g; Kw. tł. nasy.: 11.18 g; Węglowodany ogółem: 189.36 g; W tym cukry: 51.47 g; Błonnik pok.: 18.23 g; Sól: 2.75 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA WARSZAWA WIM SZASERÓW

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne
2025-04-25 piątek	Śniadanie Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Jabłko 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml Cukier 15 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza jaglana na mleku 150 ml (MLE) Bulka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Pomidor 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 15 g	Kasza jaglana na mleku 200 ml (MLE) Bulka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Pomidor 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml Cukier 15 g		
	II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wierzbowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Pomarańcza 150 g				
	Obiad Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL) Ryba smażona (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka żydowska z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Warzywa po grecku* 130 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Warzywa po grecku* 130 g (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Warzywa po grecku* 130 g (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Warzywa po grecku* 130 g (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem * 200 ml (MLE, SEL) Ryba pieczona (Miruna) 60 g (RYB) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL) Ryba pieczona (Miruna) 60 g (RYB) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 120 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 140 g Warzywa po grecku* 130 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL) Ryba smażona (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka żydowska z olejem b/c 130 g Warzywa po grecku* 130 g (GLU PSZ, SEL) Pomarańcza 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD		Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JEĆC) Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)		Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml				
	Kolejka Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szyunkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) 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) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyunkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (JAJ, MLE) Ogórek kiszony 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE)	Bulka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (JAJ, MLE) Ogórek kiszony 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE) Ogórek kiszony 80 g Salata 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) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka 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) Salata zielona 10 g	Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ) Salata 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) Salata 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) Salata zielona 10 g	Bulka 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) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 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) Salata zielona 10 g		
	Wartość energetyczna: 2344.03 kcal; Białko ogółem: 93.04 g; Tłuszcz: 67.81 g; Kw. tł. nasy.: 23.36 g; Węglowodany ogółem: 352.65 g; W tym cukry: 80.94 g; Błonnik pok.: 29.52 g; Sól: 10.05 g;	Wartość energetyczna: 2257.37 kcal; Białko ogółem: 92.61 g; Tłuszcz: 52.26 g; Kw. tł. nasy.: 22.03 g; Węglowodany ogółem: 365.26 g; W tym cukry: 89.72 g; Błonnik pok.: 24.12 g; Sól: 7.16 g;	Wartość energetyczna: 2231.49 kcal; Białko ogółem: 95.97 g; Tłuszcz: 47.26 g; Kw. tł. nasy.: 19.83 g; Węglowodany ogółem: 365.37 g; W tym cukry: 90.88 g; Błonnik pok.: 21.78 g; Sól: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 2001.30 kcal; Białko ogółem: 96.93 g; Tłuszcz: 58.12 g; Kw. tł. nasy.: 21.10 g; Węglowodany ogółem: 291.86 g; W tym cukry: 25.34 g; Błonnik pok.: 43.36 g; Sól: 10.39 g;	Wartość energetyczna: 2201.49 kcal; Białko ogółem: 91.77 g; Tłuszcz: 46.96 g; Kw. tł. nasy.: 19.87 g; Węglowodany ogółem: 363.27 g; W tym cukry: 89.08 g; Błonnik pok.: 24.03 g; Sól: 8.62 g;	Wartość energetyczna: 1491.24 kcal; Białko ogółem: 62.25 g; Tłuszcz: 35.23 g; Kw. tł. nasy.: 14.71 g; Węglowodany ogółem: 238.02 g; W tym cukry: 108.72 g; Błonnik pok.: 14.33 g; Sól: 4.11 g;	Wartość energetyczna: 1566.85 kcal; Białko ogółem: 60.25 g; Tłuszcz: 42.20 g; Kw. tł. nasy.: 19.26 g; Węglowodany ogółem: 243.81 g; W tym cukry: 110.73 g; Błonnik pok.: 15.26 g; Sól: 4.23 g;	Wartość energetyczna: 1899.45 kcal; Białko ogółem: 81.52 g; Tłuszcz: 50.51 g; Kw. tł. nasy.: 21.58 g; Węglowodany ogółem: 288.45 g; W tym cukry: 118.31 g; Błonnik pok.: 18.74 g; Sól: 6.03 g;	Wartość energetyczna: 1058.87 kcal; Białko ogółem: 41.08 g; Tłuszcz: 30.99 g; Kw. tł. nasy.: 2.26 g; Węglowodany ogółem: 161.62 g; W tym cukry: 35.60 g; Błonnik pok.: 16.93 g; Sól: 3.08 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA WARSZAWA WIM SZASERÓW

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne
Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wędziny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ.może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Jabłko pieczone 150 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml Cukier 15 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wędziny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ.może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Jabłko pieczone 150 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml Cukier 15 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Mielona Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wędziny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ.może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Papryka świeża 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wędziny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ.może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Papryka świeża 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wędziny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ.może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Jabłko pieczone 150 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml Cukier 15 g	Płatki pszenne 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>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wędziny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 20 g (<u>SOJ.może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Papryka świeża 40 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 15 g	Płatki pszenne na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wędziny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ.może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Papryka świeża 40 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml Cukier 15 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wędziny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ.może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Papryka świeża 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml Cukier 15 g	
				Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Banan 150 g			
Obiad	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza gryczana 180 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mlek)* 400 ml (<u>SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g Buraczki gotowane 130 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mlek)* 400 ml (<u>SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g Buraczki gotowane 130 g Salatka szwedzka z olejem b/c 130 g (<u>GOR</u>) Cukinia pieczona z olejem * 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mlek)* 400 ml (<u>SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mlek)* 400 ml (<u>SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 200 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza gryczana 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza gryczana 120 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza gryczana 140 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g Cukinia pieczona z olejem * 130 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem 130 g Banan 150 g Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
PD				Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>) Wafle ryżowe 30 g		Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>)			
	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>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor 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>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</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>) Mielona Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Mus z jabłek prażonych 80 g Salata zielona 20 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>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor 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>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</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>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ.może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor 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>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ.może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)		Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</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>) Schab Maryny-wędzonka wieprzowa wędzona parzona z wodą dodana 30 g (<u>SOJ, MLE może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>) Salata zielona 10 g	Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt			
	Wartość energetyczna: 2309.37 kcal; Białko ogółem: 86.84 g; Tłuszcz: 58.66 g; Kw. tł. nasy.: 20.22 g; Węglowodany ogółem: 376.03 g; W tym cukry: 88.10 g; Błonnik pok.: 34.17 g; Sól: 8.23 g;	Wartość energetyczna: 2383.29 kcal; Białko ogółem: 82.94 g; Tłuszcz: 54.57 g; Kw. tł. nasy.: 19.75 g; Węglowodany ogółem: 407.33 g; W tym cukry: 114.63 g; Błonnik pok.: 29.31 g; Sól: 8.35 g;	Wartość energetyczna: 2302.14 kcal; Białko ogółem: 87.83 g; Tłuszcz: 46.16 g; Kw. tł. nasy.: 18.80 g; Węglowodany ogółem: 400.04 g; W tym cukry: 120.19 g; Błonnik pok.: 25.30 g; Sól: 7.09 g;	Wartość energetyczna: 2153.30 kcal; Białko ogółem: 98.96 g; Tłuszcz: 63.30 g; Kw. tł. nasy.: 22.75 g; Węglowodany ogółem: 318.32 g; W tym cukry: 39.97 g; Błonnik pok.: 43.00 g; Sól: 10.67 g;	Wartość energetyczna: 2341.54 kcal; Białko ogółem: 86.17 g; Tłuszcz: 48.14 g; Kw. tł. nasy.: 19.13 g; Węglowodany ogółem: 407.74 g; W tym cukry: 118.72 g; Błonnik pok.: 27.75 g; Sól: 7.72 g;	Wartość energetyczna: 1692.75 kcal; Białko ogółem: 61.69 g; Tłuszcz: 42.72 g; Kw. tł. nasy.: 14.13 g; Węglowodany ogółem: 275.02 g; W tym cukry: 129.12 g; Błonnik pok.: 17.66 g; Sól: 3.47 g;	Wartość energetyczna: 1808.68 kcal; Białko ogółem: 63.75 g; Tłuszcz: 50.84 g; Kw. tł. nasy.: 18.82 g; Węglowodany ogółem: 285.13 g; W tym cukry: 131.46 g; Błonnik pok.: 19.71 g; Sól: 4.09 g;	Wartość energetyczna: 2092.78 kcal; Białko ogółem: 76.67 g; Tłuszcz: 56.40 g; Kw. tł. nasy.: 20.35 g; Węglowodany ogółem: 333.14 g; W tym cukry: 141.65 g; Błonnik pok.: 23.90 g; Sól: 5.33 g;	Wartość energetyczna: 1116.19 kcal; Białko ogółem: 40.17 g; Tłuszcz: 28.17 g; Kw. tł. nasy.: 3.51 g; Węglowodany ogółem: 184.02 g; W tym cukry: 54.76 g; Błonnik pok.: 17.88 g; Sól: 1.75 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA WARSZAWA WIM SZASERÓW

		W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne
2025-04-27 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) mielona Łopatką zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml Cukier 15 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza manna na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbójnicka wieprzowa wędzona 20 g (<u>SOJ</u>) Ogórek kiszony 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 15 g	Kasza manna na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ</u>) Ogórek kiszony 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml Sałata zielona 20 g Cukier 15 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml Cukier 15 g	
	II śni				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)			
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka schabowa 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bitka schabowa 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pulpet wieprzowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 130 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bitka schabowa 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 130 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 130 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bitka schabowa 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka schabowa 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki gotowane 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka schabowa 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki gotowane 120 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka schabowa 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki gotowane 140 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka schabowa 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 130 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 130 g Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02</u>) Jabłko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD			Jabłko 150 g Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)			Jabłko 150 g			
	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>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Sałata zielona 20 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>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Słupki z marchewki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna 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>)			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Sałata zielona 10 g	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>) Dżem 25 g 1 szt			
		Wartość energetyczna: 2496.73 kcal; Białko ogółem: 104.11 g; Tłuszcz: 60.97 g; Kw. tł. nasy.: 24.13 g; Węglowodany ogółem: 395.61 g; W tym cukry: 112.45 g; Błonnik pok.: 29.56 g; Sól: 9.13 g;	Wartość energetyczna: 2614.50 kcal; Białko ogółem: 108.34 g; Tłuszcz: 56.68 g; Kw. tł. nasy.: 23.90 g; Węglowodany ogółem: 423.48 g; W tym cukry: 135.27 g; Błonnik pok.: 18.89 g; Sól: 7.10 g;	Wartość energetyczna: 2653.41 kcal; Białko ogółem: 101.89 g; Tłuszcz: 61.07 g; Kw. tł. nasy.: 24.87 g; Węglowodany ogółem: 433.68 g; W tym cukry: 142.13 g; Błonnik pok.: 22.27 g; Sól: 6.35 g;	Wartość energetyczna: 2153.89 kcal; Białko ogółem: 110.96 g; Tłuszcz: 62.52 g; Kw. tł. nasy.: 24.26 g; Węglowodany ogółem: 308.00 g; W tym cukry: 50.58 g; Błonnik pok.: 44.99 g; Sól: 9.39 g;	Wartość energetyczna: 2664.65 kcal; Białko ogółem: 106.39 g; Tłuszcz: 62.48 g; Kw. tł. nasy.: 24.10 g; Węglowodany ogółem: 429.31 g; W tym cukry: 140.84 g; Błonnik pok.: 23.76 g; Sól: 7.28 g;	Wartość energetyczna: 1780.94 kcal; Białko ogółem: 76.92 g; Tłuszcz: 42.92 g; Kw. tł. nasy.: 17.30 g; Węglowodany ogółem: 276.16 g; W tym cukry: 116.80 g; Błonnik pok.: 13.85 g; Sól: 4.22 g;	Wartość energetyczna: 1811.86 kcal; Białko ogółem: 71.97 g; Tłuszcz: 47.62 g; Kw. tł. nasy.: 20.40 g; Węglowodany ogółem: 278.75 g; W tym cukry: 121.83 g; Błonnik pok.: 14.55 g; Sól: 4.46 g;	Wartość energetyczna: 2109.91 kcal; Białko ogółem: 90.63 g; Tłuszcz: 54.21 g; Kw. tł. nasy.: 22.54 g; Węglowodany ogółem: 319.95 g; W tym cukry: 126.81 g; Błonnik pok.: 16.06 g; Sól: 6.14 g;	Wartość energetyczna: 1083.77 kcal; Białko ogółem: 49.94 g; Tłuszcz: 28.33 g; Kw. tł. nasy.: 4.90 g; Węglowodany ogółem: 161.91 g; W tym cukry: 38.77 g; Błonnik pok.: 15.26 g; Sól: 2.37 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,