

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-17 do dnia 2025-03-3 PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	
Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) mielona Sznynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (<u>SOJ</u>) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Sznynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (<u>SOJ</u>) Dżem 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Płatki pszenne na mleku 150 ml (<u>GLUPSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Ogórek kiszony 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 15 g	Płatki pszenne na mleku 200 ml (<u>GLUPSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Ogórek kiszony 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	
II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Papryka świeża 50 g			
Obiad	Fasolowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Naleśniki z serem białym 300 g (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE</u>) Mus z jabłek prażonych 150 g (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Makaron 180 g (<u>GLUPSZ</u>) 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	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Makaron 180 g (<u>GLUPSZ</u>) Klopsik drobiowy z udźca 80 g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy* 80 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLUPSZ</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 130 g (<u>SEL</u>) Szpinak gotowany z olejem* 60 g (<u>GLUPSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Fasolowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Klopsik drobiowy z udźca 80 g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy* 80 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLUPSZ</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 130 g (<u>SEL</u>) Szpinak gotowany z olejem* 60 g (<u>GLUPSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Makaron 180 g (<u>GLUPSZ</u>) 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	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 200 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Naleśniki z serem białym 300 g (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE</u>) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Naleśniki z serem białym 300 g (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE</u>) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml		
PD				Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomarańcza 150 g		Pomarańcza 150 g			
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Sznynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Sznynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) mielona Sznynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Sznynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Sznynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (<u>GLUPSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Sznynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Sznynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Sznynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) mielona Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Sałata 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: 2369.87 kcal; Białko ogółem: 109.16 g; Tłuszcz: 75.82 g; Kw. tł. nasy.: 24.83 g; Węglowodany ogółem: 334.64 g; W tym cukry: 41.19 g; Błonnik pok.: 55.20 g; Sól: 10.63 g;	Wartość energetyczna: 2290.03 kcal; Białko ogółem: 84.99 g; Tłuszcz: 47.68 g; Kw. tł. nasy.: 22.84 g; Węglowodany ogółem: 392.76 g; W tym cukry: 117.71 g; Błonnik pok.: 19.89 g; Sól: 8.80 g;	Wartość energetyczna: 2036.66 kcal; Białko ogółem: 96.06 g; Tłuszcz: 64.36 g; Kw. tł. nasy.: 27.17 g; Węglowodany ogółem: 277.33 g; W tym cukry: 121.04 g; Błonnik pok.: 13.83 g; Sól: 7.23 g;	Wartość energetyczna: 2128.41 kcal; Białko ogółem: 96.61 g; Tłuszcz: 71.65 g; Kw. tł. nasy.: 31.81 g; Węglowodany ogółem: 283.91 g; W tym cukry: 119.35 g; Błonnik pok.: 16.11 g; Sól: 7.87 g;	Wartość energetyczna: 2390.54 kcal; Białko ogółem: 110.47 g; Tłuszcz: 79.54 g; Kw. tł. nasy.: 34.63 g; Węglowodany ogółem: 319.01 g; W tym cukry: 124.67 g; Błonnik pok.: 19.53 g; Sól: 10.26 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-17 do dnia 2025-03-31 PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	
2025-03-18 wtorek	Sniadanie	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLUPSZ, 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 JEJCZ.) Cukier 15 g	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ) 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 JEJCZ.) Cukier 15 g	Kasza jaglana na mleku 300 ml (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 JEJCZ.) 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 JEJCZ.) Cukier 15 g	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Kakao na mleku z/c 250 ml (MLE) Cukier 15 g	Kasza jaglana na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ) 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 (GLUPSZ) 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 (GLUPSZ) 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
					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 poł. kawałków mięsa 30 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) Słupki z marchewki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Słupki z marchewki 70 g		
2025-03-18 wtorek	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (GLUPSZ) Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, 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 (GLUPSZ, SEL.) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (GLUPSZ) Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, 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 (GLUPSZ, SEL.) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (GLUPSZ) Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, 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 (GLUPSZ, SEL.) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (GLUPSZ) Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL) Ryż na sypko 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 (GLUPSZ, SEL.) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (GLUPSZ) Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, 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 (GLUPSZ) Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, 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 (GLUPSZ) Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL) Ryż na sypko 140 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
				Maślanka 150 ml (MLE) Platki pszenne 10 g (GLUPSZ)		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE)			
2025-03-18 wtorek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLUPSZ, 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 150 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLUPSZ, 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. 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLUPSZ, 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 (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SEL, GOR.) Cukinia pieczona z koncentratem * 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 (GLUPSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SEL, GOR.) Mandarynka 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SEL, GOR.) Mandarynka 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. 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SEL, GOR.) Mandarynka 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% 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 (GLUPSZ) 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: 1811.33 kcal; Białko ogółem: 83.13 g; Tłuszcz: 47.52 g; Kw. tł. nasy.: 22.12 g; Węglowodany ogółem: 270.71 g; W tym cukry: 119.81 g; Błonnik pok.: 17.78 g; Sól: 4.87 g;	Wartość energetyczna: 1959.67 kcal; Białko ogółem: 90.59 g; Tłuszcz: 59.49 g; Kw. tł. nasy.: 28.28 g; Węglowodany ogółem: 273.73 g; W tym cukry: 120.97 g; Błonnik pok.: 18.56 g; Sól: 5.59 g;	Wartość energetyczna: 2216.99 kcal; Białko ogółem: 103.42 g; Tłuszcz: 64.13 g; Kw. tł. nasy.: 30.53 g; Węglowodany ogółem: 315.86 g; W tym cukry: 127.98 g; Błonnik pok.: 21.60 g; Sól: 7.05 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-17 do dnia 2025-03-3 PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa 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 poł. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Dżem 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) mielona Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Dżem 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) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 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 poł. kawałków mięsa 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor 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) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszeniczny 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 (GLU PSZ, 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 mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, 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 mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, 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 mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Surowka z marchwi z olejem b/c 130 g Fasolka szparagowa z wody* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z makaronem * 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, 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 (GLU PSZ, 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 (GLU PSZ, 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
	PD			Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (MLE) Płatki owsiane 10 g (GLU OW)			Koktajl truskawkowy* 200 ml (MLE)	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL) Ogórek konserwowy 80 g (GOR) Mix sałat 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 sałat 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 sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 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 sałat 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) Jabłko pieczone 150 g Mix sałat 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 sałat 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 sałat 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 sałat 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) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Sałata 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: 2086.42 kcal; Białko ogółem: 95.71 g; Tłuszcz: 60.40 g; Kw. tł. nasy.: 27.34 g; Węglowodany ogółem: 313.41 g; W tym cukry: 46.50 g; Błonnik pok.: 47.05 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;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-17 do dnia 2025-03-3 PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	
2025-03-20 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Dyńia z wody 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Dyńia z wody 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Dyńia z wody 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Płatki owsiane na mleku 150 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 15 g	Płatki owsiane na mleku 200 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g
		II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Słupki z marchewki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Słupki z marchewki 50 g	
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Fasolka po bretońsku 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Mandarynka 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JEJCZ.</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Cukinia pieczona z olejem * 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Cukinia pieczona z olejem * 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JEJCZ.</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Cukinia pieczona z olejem * 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JEJCZ.</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Cukinia pieczona z olejem * 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 200 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JEJCZ.</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JEJCZ.</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JEJCZ.</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Sałatka szwedzka z olejem b/c 130 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
	PD			Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Masłanka 150 ml (<u>MLE</u>)			Mandarynka 150 g		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ</u>) Sałatka jarzynowa* 80 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ</u>) Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (<u>MLE, SEL</u>) Sałata 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>) mielona Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ</u>) Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (<u>MLE, SEL</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ</u>) Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (<u>MLE, SEL</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ</u>) Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (<u>MLE, SEL</u>) Sałata 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>) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ</u>) Sałatka jarzynowa* 40 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) 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>) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Sałatka jarzynowa* 50 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata 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>) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ</u>) Sałatka jarzynowa* 80 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata 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>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) mielona Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) mielona Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g
	Wartość energetyczna: 2305.43 kcal; Białko ogółem: 85.44 g; Tłuszcz: 61.56 g; Kw. tł. nasy.: 25.13 g; Węglowodany ogółem: 372.03 g; W tym cukry: 59.02 g; Błonnik pok.: 42.24 g; Sól: 9.95 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: 2325.63 kcal; Białko ogółem: 98.11 g; Tłuszcz: 66.18 g; Kw. tł. nasy.: 24.37 g; Węglowodany ogółem: 326.62 g; W tym cukry: 42.07 g; Błonnik pok.: 47.28 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: 1675.48 kcal; Białko ogółem: 74.25 g; Tłuszcz: 50.56 g; Kw. tł. nasy.: 15.79 g; Węglowodany ogółem: 241.75 g; W tym cukry: 58.16 g; Błonnik pok.: 22.46 g; Sól: 6.47 g;	Wartość energetyczna: 1746.24 kcal; Białko ogółem: 73.73 g; Tłuszcz: 58.57 g; Kw. tł. nasy.: 22.07 g; Węglowodany ogółem: 242.66 g; W tym cukry: 55.09 g; Błonnik pok.: 23.76 g; Sól: 6.83 g;	Wartość energetyczna: 2020.66 kcal; Białko ogółem: 86.03 g; Tłuszcz: 66.51 g; Kw. tł. nasy.: 23.84 g; Węglowodany ogółem: 282.92 g; W tym cukry: 62.22 g; Błonnik pok.: 28.30 g; Sól: 8.66 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-17 do dnia 2025-03-31 PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Dżem 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) mielona Szynkowa Extra-wędziona z wędzonką, wędzona, z wodą dodaną 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Dżem 80 g Mix sałat 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>GLUPSZ, 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 sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa Extra- wędziona z wędzonką, wędzona, z wodą dodaną 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Dżem 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Ogórek kiszony 40 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 15 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Ogórek kiszony 50 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Serek homo. naturalny 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Jabłko 150 g	
Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, SEL</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, SEL</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, SEL</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, MLE, SEL</u>) Ryba pieczona (Miruna) 60 g (<u>RYB</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, MLE, SEL</u>) Ryba pieczona (Miruna) 60 g (<u>RYB</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, MLE, SEL</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, MLE, SEL</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLUPSZ, MLE</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (<u>SEL</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	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<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>GLUPSZ</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>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<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>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<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>GLUPSZ, MLE</u>)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<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>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, 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>GLUPSZ</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>GLUPSZ</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 razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, 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>GLUPSZ</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>GLUPSZ</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>GLUPSZ, 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: 327.80 g; W tym cukry: 58.20 g; Błonnik pok.: 31.57 g; Sol: 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; Sol: 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; Sol: 7.59 g;	Wartość energetyczna: 2147.00 kcal; Białko ogółem: 106.52 g; Tłuszcz: 70.25 g; Kw. tł. nasy.: 23.88 g; Węglowodany ogółem: 294.23 g; W tym cukry: 48.24 g; Błonnik pok.: 45.01 g; Sol: 8.51 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; Sol: 8.23 g;	Wartość energetyczna: 1504.40 kcal; Białko ogółem: 69.80 g; Tłuszcz: 44.13 g; Kw. tł. nasy.: 20.99 g; Węglowodany ogółem: 216.27 g; W tym cukry: 80.06 g; Błonnik pok.: 18.79 g; Sol: 4.36 g;	Wartość energetyczna: 1535.23 kcal; Białko ogółem: 66.36 g; Tłuszcz: 50.17 g; Kw. tł. nasy.: 21.55 g; W tym cukry: 74.87 g; Błonnik pok.: 19.97 g; Sol: 4.61 g;	Wartość energetyczna: 1903.85 kcal; Białko ogółem: 92.18 g; Tłuszcz: 61.27 g; Kw. tł. nasy.: 24.27 g; Węglowodany ogółem: 257.84 g; W tym cukry: 80.68 g; Błonnik pok.: 24.60 g; Sol: 6.33 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-17 do dnia 2025-03-3 PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	
2025-03-22 sobota	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopotka woprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (<u>SOJ, MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopotka woprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (<u>SOJ, MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) mielona Poledwica Sopotka woprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (<u>SOJ, MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/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>) Poledwica Sopotka woprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (<u>SOJ, MLE</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopotka woprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (<u>SOJ, MLE</u>) Ogórek kiszony 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 15 g	Platki jęczmienne na mleku 150 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopotka woprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 20 g (<u>SOJ, MLE</u>) Ogórek kiszony 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 15 g	Platki jęczmienne na mleku 200 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopotka woprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (<u>SOJ, MLE</u>) Ogórek kiszony 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 15 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopotka woprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (<u>SOJ, MLE</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 15 g
		II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Twarożek z ziołami 50 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Sok jabłkowy 100% 0,2l w kartoniku 1 szt		
Obiad	Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz wiewrzowy 150 g (<u>GLU, PSZ</u>) 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 (<u>SEL</u>) Gulasz wiewrzowy 150 g (<u>GLU, PSZ</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem brązowym (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL</u>) Gulasz wiewrzowy 150 g (<u>GLU, PSZ</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 130 g Fasolka szparagowa z wodą* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL</u>) Gulasz wiewrzowy 150 g (<u>GLU, PSZ</u>) 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)* 200 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz wiewrzowy 100 g (<u>GLU, PSZ</u>) Ziemniaki gotowane 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz wiewrzowy 120 g (<u>GLU, PSZ</u>) Ziemniaki gotowane 140 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz wiewrzowy 150 g (<u>GLU, PSZ</u>) Ziemniaki gotowane 80 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml		
	PD			Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>) Platki pszenne 10 g (<u>GLU, PSZ</u>)		Banan 150 g			
Kolekcja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasztet z soczewicy * 100 g (<u>JAJ</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 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>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 50 g (<u>GLU, PSZ, SOJ, MLE</u>) Dymia z wody 80 g Sałata z pomidorów i koperku 80 g Sałata 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>) mielona Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 50 g (<u>GLU, PSZ, SOJ, MLE</u>) Dymia z wody 80 g Sałata 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>) Pasztet z soczewicy * 100 g (<u>JAJ</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 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>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 50 g (<u>GLU, PSZ, SOJ, MLE</u>) Dymia z wody 80 g Sałata 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 gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 30 g (<u>GLU, PSZ, SOJ, MLE</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 50 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>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (<u>GLU, PSZ, SOJ, MLE</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 50 g Sałata 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 gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 50 g (<u>GLU, PSZ, SOJ, MLE</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	
	PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE</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>) 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>)		
	Wartość energetyczna: 2399.90 kcal; Białko ogółem: 95.97 g; Tłuszcz: 72.80 g; Kw. tł. nasy.: 24.28 g; Węglowodany ogółem: 355.60 g; W tym cukry: 50.10 g; Błonnik pok.: 33.63 g; Sól: 8.80 g;	Wartość energetyczna: 2127.71 kcal; Białko ogółem: 88.56 g; Tłuszcz: 59.25 g; Kw. tł. nasy.: 23.18 g; Węglowodany ogółem: 320.19 g; W tym cukry: 50.01 g; Błonnik pok.: 23.35 g; Sól: 8.63 g;	Wartość energetyczna: 2154.28 kcal; Białko ogółem: 94.50 g; Tłuszcz: 57.17 g; Kw. tł. nasy.: 23.01 g; Węglowodany ogółem: 323.54 g; W tym cukry: 53.74 g; Błonnik pok.: 21.21 g; Sól: 7.53 g;	Wartość energetyczna: 2272.82 kcal; Białko ogółem: 106.00 g; Tłuszcz: 72.75 g; Kw. tł. nasy.: 26.03 g; Węglowodany ogółem: 322.24 g; W tym cukry: 39.13 g; Błonnik pok.: 48.88 g; Sól: 9.22 g;	Wartość energetyczna: 2134.28 kcal; Białko ogółem: 91.70 g; Tłuszcz: 56.97 g; Kw. tł. nasy.: 23.04 g; Węglowodany ogółem: 322.14 g; W tym cukry: 52.54 g; Błonnik pok.: 22.71 g; Sól: 8.18 g;	Wartość energetyczna: 1497.89 kcal; Białko ogółem: 60.06 g; Tłuszcz: 39.92 g; Kw. tł. nasy.: 14.97 g; Węglowodany ogółem: 229.86 g; W tym cukry: 92.92 g; Błonnik pok.: 13.90 g; Sól: 4.51 g;	Wartość energetyczna: 1632.94 kcal; Białko ogółem: 64.99 g; Tłuszcz: 50.00 g; Kw. tł. nasy.: 20.42 g; Węglowodany ogółem: 236.63 g; W tym cukry: 89.86 g; Błonnik pok.: 15.35 g; Sól: 5.27 g;	Wartość energetyczna: 1918.21 kcal; Białko ogółem: 80.02 g; Tłuszcz: 58.45 g; Kw. tł. nasy.: 22.95 g; Węglowodany ogółem: 275.43 g; W tym cukry: 96.31 g; Błonnik pok.: 19.17 g; Sól: 7.38 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-17 do dnia 2025-03-3 PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	
2025-03-23 niedziela	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) Łopatką zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 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 Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 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 Salata 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) Łopatką zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Banan 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 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 Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 15 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 Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 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 Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g
					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Hummus z ciecierzycy 50 g Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Serek homogenizowany o smaku waniliowym 140g 1 szt (MLE)		
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL,) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Ziemniaki gotowane 180 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,) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL,) Mieso drobiowe mielone w sosie w/ 80 g (GLU PSZ) Brokuł gotowany* 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 150 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g 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,) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (GLU PSZ, SEL,) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 120 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (GLU PSZ, SEL,) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 140 g Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
					Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Jabłko 150 g		Galaretką o smaku truskawkowym z owocami 200 g		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Jabłko 150 g 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) Twarożek 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 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) Twarożek 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 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) Twarożek 100 g (MLE) Papryka świeża 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 waniliowa 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 80 g Salata 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, MLE,) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 40 g (MLE) Papryka świeża 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) Ser żółty 40 g (MLE) Papryka świeża 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) Ser żółty 50 g (MLE) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chalka 50 g (GLU PSZ, JAJ,)			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	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chalka 50 g (GLU PSZ, JAJ,)	Chalka 50 g (GLU PSZ, JAJ,) Dżem 25 g 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2421.84 kcal; Białko ogółem: 113.03 g; Tłuszcz: 81.52 g; Kw. tł. nasy.: 35.24 g; Węglowodany ogółem: 323.83 g; W tym cukry: 59.08 g; Błonnik pok.: 27.94 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 2509.55 kcal; Białko ogółem: 120.95 g; Tłuszcz: 66.93 g; Kw. tł. nasy.: 27.64 g; Węglowodany ogółem: 368.72 g; W tym cukry: 96.83 g; Błonnik pok.: 21.84 g; Sól: 7.67 g;	Wartość energetyczna: 2321.19 kcal; Białko ogółem: 99.47 g; Tłuszcz: 53.39 g; Kw. tł. nasy.: 21.77 g; Węglowodany ogółem: 374.66 g; W tym cukry: 97.95 g; Błonnik pok.: 22.06 g; Sól: 5.71 g;	Wartość energetyczna: 2320.35 kcal; Białko ogółem: 123.30 g; Tłuszcz: 78.97 g; Kw. tł. nasy.: 29.01 g; Węglowodany ogółem: 298.51 g; W tym cukry: 44.67 g; Błonnik pok.: 43.68 g; Sól: 8.77 g;	Wartość energetyczna: 2479.15 kcal; Białko ogółem: 117.30 g; Tłuszcz: 63.23 g; Kw. tł. nasy.: 26.44 g; Węglowodany ogółem: 374.53 g; W tym cukry: 99.09 g; Błonnik pok.: 23.64 g; Sól: 6.69 g;	Wartość energetyczna: 1851.66 kcal; Białko ogółem: 95.52 g; Tłuszcz: 62.10 g; Kw. tł. nasy.: 26.95 g; Węglowodany ogółem: 234.65 g; W tym cukry: 71.61 g; Błonnik pok.: 10.91 g; Sól: 3.99 g;	Wartość energetyczna: 1933.21 kcal; Białko ogółem: 96.71 g; Tłuszcz: 70.04 g; Kw. tł. nasy.: 31.81 g; Węglowodany ogółem: 236.47 g; W tym cukry: 68.32 g; Błonnik pok.: 11.76 g; Sól: 4.38 g;	Wartość energetyczna: 2212.58 kcal; Białko ogółem: 110.40 g; Tłuszcz: 76.27 g; Kw. tł. nasy.: 35.10 g; Węglowodany ogółem: 280.59 g; W tym cukry: 77.11 g; Błonnik pok.: 15.28 g; Sól: 5.50 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-17 do dnia 2025-03-3 PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia
Shiadańskie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wiewprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Rzodkiew biała plastry 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, OW.</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 wiewprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) mielony Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wiewprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Rzodkiew biała plastry 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wiewprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Rzodkiew biała plastry 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wiewprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Płatki owsiane na mleku 150 ml (<u>MLE, GLU, OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wiewprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Rzodkiew biała plastry 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 15 g	Płatki owsiane na mleku 200 ml (<u>MLE, GLU, OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wiewprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Rzodkiew biała plastry 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wiewprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Rzodkiew biała plastry 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g
II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wiewprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Mandarynka 150 g	
Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL, GOR.</u>) Ryż na sypko 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	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL</u>) Ryż na sypko 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	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL</u>) Mięso wiewprzowe mielone w sosie w/ 80 g (<u>GLU, PSZ</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Cukinia pieczona z olejem * 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL, GOR.</u>) Pulpet mięsno-warzywny* (wiewprzowy) 80 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, SEL</u>) Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU, PSZ, MLE</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 130 g (<u>SEL</u>) Cukinia pieczona z olejem * 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL</u>) Ryż na sypko 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	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 200 ml (<u>GLU, PSZ, SEL</u>) Ryż na sypko 100 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	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 300 ml (<u>GLU, PSZ, SEL</u>) Ryż na sypko 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	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 300 ml (<u>GLU, PSZ, SEL</u>) Ryż na sypko 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				Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>) Płatki pszenne 10 g (<u>GLU, PSZ</u>)			Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE</u>)	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 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 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>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 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>) mielona Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony w oslonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 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 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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w oslonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>) Pomidor b/skórki 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</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>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</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>) Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU, PSZ, SOJ</u>) Salata zielona 10 g		Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) mielony Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU, PSZ, SOJ</u>) Salata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU, PSZ, 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>) Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU, PSZ, SOJ</u>) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU, PSZ</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU, PSZ, SOJ</u>) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU, PSZ, 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>) Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU, PSZ, SOJ</u>) Salata zielona 10 g
	Wartość energetyczna: 2244.00 kcal; Białko ogółem: 84.88 g; Tłuszcz: 62.03 g; Kw. tł. nasy.: 26.82 g; Węglowodany ogółem: 355.50 g; W tym cukry: 84.76 g; Błonnik pok.: 28.95 g; Sól: 9.85 g;	Wartość energetyczna: 2296.26 kcal; Białko ogółem: 83.35 g; Tłuszcz: 52.44 g; Kw. tł. nasy.: 24.77 g; Węglowodany ogółem: 387.79 g; W tym cukry: 113.09 g; Błonnik pok.: 21.06 g; Sól: 7.78 g;	Wartość energetyczna: 2265.16 kcal; Białko ogółem: 86.39 g; Tłuszcz: 66.48 g; Kw. tł. nasy.: 25.44 g; Węglowodany ogółem: 341.32 g; W tym cukry: 72.19 g; Błonnik pok.: 19.42 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2258.51 kcal; Białko ogółem: 96.45 g; Tłuszcz: 79.93 g; Kw. tł. nasy.: 27.45 g; Węglowodany ogółem: 310.73 g; W tym cukry: 38.17 g; Błonnik pok.: 53.84 g; Sól: 11.27 g;	Wartość energetyczna: 2266.30 kcal; Białko ogółem: 78.90 g; Tłuszcz: 50.32 g; Kw. tł. nasy.: 24.16 g; Węglowodany ogółem: 389.29 g; W tym cukry: 114.19 g; Błonnik pok.: 19.53 g; Sól: 7.97 g;	Wartość energetyczna: 1479.64 kcal; Białko ogółem: 65.11 g; Tłuszcz: 36.88 g; Kw. tł. nasy.: 17.31 g; Węglowodany ogółem: 238.70 g; W tym cukry: 94.91 g; Błonnik pok.: 13.24 g; Sól: 4.03 g;	Wartość energetyczna: 1564.72 kcal; Białko ogółem: 64.88 g; Tłuszcz: 44.47 g; Kw. tł. nasy.: 23.46 g; Węglowodany ogółem: 238.70 g; W tym cukry: 92.05 g; Błonnik pok.: 14.90 g; Sól: 4.35 g;	Wartość energetyczna: 1913.46 kcal; Białko ogółem: 80.00 g; Tłuszcz: 53.45 g; Kw. tł. nasy.: 26.32 g; Węglowodany ogółem: 292.68 g; W tym cukry: 96.63 g; Błonnik pok.: 19.33 g; Sól: 6.53 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-17 do dnia 2025-03-31 PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia
Śniadanie	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>) 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>) 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 kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Słupki z marchewki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Banan 150 g	
Obiad	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JE CZ</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JE CZ</u>) Szcypak gotowany z olejem* 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JE CZ</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Szcypak gotowany z olejem* 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JE CZ</u>) Szcypak 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	Solferino (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JE CZ</u>) Szcypak gotowany z olejem* 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 200 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 120 g (<u>GLU JE CZ</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 120 g (<u>GLU JE CZ</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 140 g (<u>GLU JE CZ</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
PD				Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (<u>MLE</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g			Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE</u>)	
Kolejacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z makreli wędzonej z warzywami* 100 g (<u>RYB, SEL</u>) Ogórek konserwowy 80 g (<u>GOR</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (<u>RYB, SEL</u>) Dymna z wody 80 g Sałata 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>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (<u>RYB, SEL</u>) Dymna z wody 80 g Sałata 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>) Pasta z makreli wędzonej z warzywami* 100 g (<u>RYB, SEL</u>) Ogórek konserwowy 80 g (<u>GOR</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (<u>RYB, SEL</u>) Dymna z wody 80 g Sałata 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>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 50 g (<u>RYB, SEL</u>) Ogórek kiszony 40 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>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 50 g (<u>RYB, SEL</u>) Ogórek kiszony 40 g Sałata 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>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (<u>RYB, SEL</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata 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>) Sałata 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>) Sałata 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>) Sałata 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>) Sałata 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>) Sałata 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>) Sałata 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>) Sałata 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>) Sałata zielona 10 g
	Wartość energetyczna: 2521.94 kcal; Białko ogółem: 95.79 g; Tłuszcz: 82.94 g; Kw. tł. nasy.: 28.27 g; Węglowodany ogółem: 366.58 g; W tym cukry: 47.59 g; Błonnik pok.: 38.69 g; Sól: 11.95 g;	Wartość energetyczna: 2297.05 kcal; Białko ogółem: 99.70 g; Tłuszcz: 54.85 g; Kw. tł. nasy.: 23.34 g; Węglowodany ogółem: 364.54 g; W tym cukry: 65.21 g; Błonnik pok.: 26.75 g; Sol: 9.42 g;	Wartość energetyczna: 2324.89 kcal; Białko ogółem: 103.71 g; Tłuszcz: 55.13 g; Kw. tł. nasy.: 23.29 g; Węglowodany ogółem: 366.25 g; W tym cukry: 66.88 g; Błonnik pok.: 24.31 g; Sól: 8.45 g;	Wartość energetyczna: 2587.70 kcal; Białko ogółem: 107.13 g; Tłuszcz: 91.38 g; Kw. tł. nasy.: 28.64 g; Węglowodany ogółem: 359.82 g; W tym cukry: 36.70 g; Błonnik pok.: 53.09 g; Sól: 11.57 g;	Wartość energetyczna: 2297.05 kcal; Białko ogółem: 99.70 g; Tłuszcz: 54.85 g; Kw. tł. nasy.: 23.34 g; Węglowodany ogółem: 364.54 g; W tym cukry: 65.21 g; Błonnik pok.: 26.75 g; Sol: 9.42 g;	Wartość energetyczna: 1628.60 kcal; Białko ogółem: 68.21 g; Tłuszcz: 43.54 g; Kw. tł. nasy.: 17.43 g; Węglowodany ogółem: 270.20 g; W tym cukry: 87.12 g; Błonnik pok.: 21.30 g; Sól: 5.38 g;	Wartość energetyczna: 1823.21 kcal; Białko ogółem: 75.59 g; Tłuszcz: 54.63 g; Kw. tł. nasy.: 22.78 g; Węglowodany ogółem: 321.57 g; W tym cukry: 84.65 g; Błonnik pok.: 25.83 g; Sol: 5.99 g;	Wartość energetyczna: 2188.19 kcal; Białko ogółem: 96.59 g; Tłuszcz: 64.38 g; Kw. tł. nasy.: 25.35 g; Węglowodany ogółem: 320.72 g; W tym cukry: 91.85 g; Błonnik pok.: 31.42 g; Sól: 8.52 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-17 do dnia 2025-03-31 PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia
Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wędziona 40 g (<u>SOJ, MLE</u>) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wędziona 40 g (<u>SOJ, MLE</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędziona 40 g (<u>SOJ</u>) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) mielona Łopatką zbojnicka wieprzowa wędziona 40 g (<u>SOJ</u>) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędziona 40 g (<u>SOJ</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędziona 40 g (<u>SOJ</u>) Dżem 80 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Ryż na mleku 150 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wędziona 40 g (<u>SOJ, MLE</u>) Papryka świeża 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Ryż na mleku 200 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wędziona 40 g (<u>SOJ, MLE</u>) Papryka świeża 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wędziona 40 g (<u>SOJ, MLE</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g
II ŚN				Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, wędziona, parzona z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	
Obiad	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos bazyliowy* 80 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos bazyliowy* 80 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Dymna z wody 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe mielone w sosie w 80 g (<u>GLUPSZ</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Dymna z wody 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos bazyliowy* 80 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) 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	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos bazyliowy* 80 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa z ziemniakami* 200 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 50 g Sos bazyliowy* 50 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 120 g Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa z ziemniakami* 300 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 50 g Sos bazyliowy* 50 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 120 g Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 300 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos bazyliowy* 80 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 140 g Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
PD				Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Płatki owsiane 10 g (<u>GLU OW.</u>)			Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu 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>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu 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>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (<u>GLUPSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Słupki z marchewki 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Słupki z marchewki 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Słupki z marchewki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLUPSZ</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g
	Wartość energetyczna: 2144.16 kcal; Białko ogółem: 101.71 g; Tłuszcz: 52.82 g; Kw. tł. nasy.: 24.31 g; Węglowodany ogółem: 328.76 g; W tym cukry: 47.08 g; Błonnik pok.: 29.76 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: 1986.32 kcal; Białko ogółem: 106.67 g; Tłuszcz: 49.06 g; Kw. tł. nasy.: 21.51 g; Węglowodany ogółem: 297.93 g; W tym cukry: 33.35 g; Błonnik pok.: 39.78 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: 1435.87 kcal; Białko ogółem: 70.39 g; Tłuszcz: 38.08 g; Kw. tł. nasy.: 16.54 g; Węglowodany ogółem: 206.67 g; W tym cukry: 81.72 g; Błonnik pok.: 11.77 g; Sól: 5.56 g;	Wartość energetyczna: 1489.99 kcal; Białko ogółem: 68.17 g; Tłuszcz: 44.82 g; Kw. tł. nasy.: 22.61 g; Węglowodany ogółem: 207.70 g; W tym cukry: 78.34 g; Błonnik pok.: 12.48 g; Sól: 5.59 g;	Wartość energetyczna: 1883.46 kcal; Białko ogółem: 97.37 g; Tłuszcz: 54.02 g; Kw. tł. nasy.: 26.15 g; Węglowodany ogółem: 257.99 g; W tym cukry: 89.01 g; Błonnik pok.: 17.08 g; Sól: 7.47 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-17 do dnia 2025-03-31 PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopotka wiewprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE) Mus z jabłek () 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) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopotka wiewprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE) Mus z jabłek () 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) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopotka wiewprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopotka wiewprzowa,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) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopotka wiewprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE) Mus z jabłek () b/c 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Poledwica Sopotka wiewprzowa,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) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopotka wiewprzowa,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) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopotka wiewprzowa,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 ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Twarożek 50 g (MLE) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Twarożek 50 g (MLE) Pomidor 50 g	
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wiewprzowego) 150 g (GLUPSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLUPSZ) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 130 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wiewprzowego) 150 g (GLUPSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLUPSZ) Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wiewprzowego) 150 g (GLUPSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLUPSZ) 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 (GLUPSZ, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wiewprzowego) 150 g (GLUPSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLUPSZ) 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 * 200 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wiewprzowego) 150 g (GLUPSZ, SEL.) Makaron 120 g (GLUPSZ) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wiewprzowego) 150 g (GLUPSZ, SEL.) Makaron 120 g (GLUPSZ) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wiewprzowego) 150 g (GLUPSZ, SEL.) Makaron 140 g (GLUPSZ) Brokuł gotowany* 130 g 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasztet 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wiewprzowa 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 (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Łopatką zbojnicka wiewprzowa 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasztet 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wiewprzowa 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 (GLUPSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Łopatką zbojnicka wiewprzowa wędzona 40 g (SOJ) Rzodkiew biała 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wiewprzowa 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wiewprzowa 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 (GLUPSZ, 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 (GLUPSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, 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 (GLUPSZ, 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 (GLUPSZ) 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 (GLUPSZ) 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 (GLUPSZ, 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: 2288.57 kcal; Białko ogółem: 93.25 g; Tłuszcz: 57.04 g; Kw. tł. nasy.: 23.44 g; Węglowodany ogółem: 361.82 g; W tym cukry: 46.81 g; Błonnik pok.: 24.24 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: 2260.73 kcal; Białko ogółem: 89.24 g; Tłuszcz: 56.76 g; Kw. tł. nasy.: 23.49 g; Węglowodany ogółem: 360.11 g; W tym cukry: 45.14 g; Błonnik pok.: 26.68 g; Sól: 8.77 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;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-17 do dnia 2025-03-31 PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia						
2025-03-28 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)	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka 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) Bułka 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) Bułka 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) Bułka 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) Bułka 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 więzrowiny 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							
2025-03-28 piątek	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 Surówka żydowska z olejem b/c 130 g Warzywa po grecku* 60 g (GLU,PSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB.) Sos majerankowy * 80 ml (GLU,PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka żydowska z olejem b/c 130 g Warzywa po grecku* 60 g (GLU,PSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/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					
		PD		Pieczyczo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU,PSZ, GLU,ŻYT, GLU, JECZ.) Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)			Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml							
2025-03-28 piątek	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 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.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU,PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szynekowa 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.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU,PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynekowa 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	Bułka 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.)	Bułka 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	Bułka 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	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.) 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	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.) 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: 2339.53 kcal; Białko ogółem: 93.79 g; Tłuszcz: 67.51 g; Kw. tł. nasy.: 23.32 g; Węglowodany ogółem: 351.45 g; W tym cukry: 79.44 g; Błonnik pok.: 29.37 g; Sól: 10.06 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;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-17 do dnia 2025-03-3 PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia
Shiadałanie	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 wiewprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</u>) Jabłko pieczone 150 g Sałata 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 wiewprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</u>) Jabłko pieczone 150 g Sałata 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 wiewprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</u>) Jabłko pieczone 150 g Sałata lodowa 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>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wiewprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</u>) Papryka świeża 80 g Sałata 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 wiewprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</u>) Jabłko pieczone 150 g Sałata 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 wiewprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</u>) Papryka świeża 40 g Sałata 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 wiewprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</u>) Papryka świeża 40 g Sałata 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 wiewprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</u>) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml Cukier 15 g
	II ŚN			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 Sałata z buraczków i jabłka z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JE CZ</u>) Sałata z buraczków i jabłka z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza gryczana 180 g Sałata 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 mleka)* 400 ml (<u>SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g Kasza z buraczków i jabłka z olejem 100 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 Sałata 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 Sałata z buraczków i jabłka z olejem 130 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 Sałata z buraczków i jabłka z olejem 130 g 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>)		
Kolekcja	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 wiewprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wiewprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Mus z jabłek prażonych 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) mielona Szynka Ojca Grzegorza wiewprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Mus z jabłek prażonych 80 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>) Szynka Ojca Grzegorza wiewprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wiewprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Mus z jabłek prażonych 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wiewprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wiewprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor 40 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>) Szynka Ojca Grzegorza wiewprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor 80 g Sałata 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>)	Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, 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 wiewprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną, 30 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	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: 2306.81 kcal; Białko ogółem: 86.74 g; Tłuszcz: 58.63 g; Kw. tł. nasy.: 20.21 g; Węglowodany ogółem: 375.50 g; W tym cukry: 87.73 g; Błonnik pok.: 34.01 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: 2150.74 kcal; Białko ogółem: 98.86 g; Tłuszcz: 63.27 g; Kw. tł. nasy.: 22.74 g; Węglowodany ogółem: 317.79 g; W tym cukry: 39.60 g; Błonnik pok.: 42.84 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: 1691.47 kcal; Białko ogółem: 61.64 g; Tłuszcz: 42.70 g; Kw. tł. nasy.: 14.13 g; Węglowodany ogółem: 274.76 g; W tym cukry: 128.94 g; Błonnik pok.: 17.58 g; Sól: 3.47 g;	Wartość energetyczna: 1807.40 kcal; Białko ogółem: 63.70 g; Tłuszcz: 50.82 g; Kw. tł. nasy.: 18.82 g; Węglowodany ogółem: 284.86 g; W tym cukry: 131.28 g; Błonnik pok.: 19.63 g; Sól: 4.09 g;	Wartość energetyczna: 2090.22 kcal; Białko ogółem: 76.57 g; Tłuszcz: 56.37 g; Kw. tł. nasy.: 20.34 g; Węglowodany ogółem: 332.62 g; W tym cukry: 141.29 g; Błonnik pok.: 23.74 g; Sól: 5.33 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-17 do dnia 2025-03-3 PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	
2025-03-30 międziedziela	Sniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) mielona Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Dżem 80 g Salata 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>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza manna na mleku 150 ml (<u>GLUPSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 20 g (<u>SOJ</u>) Ogórek kiszony 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 15 g	Kasza manna na mleku 200 ml (<u>GLUPSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ</u>) Ogórek kiszony 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml Salata zielona 20 g Cukier 15 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml Cukier 15 g
		II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, 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>)	
2025-03-30 międziedziela	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>) Bitka schabowa 80 g (<u>GLUPSZ, SOS</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLUPSZ</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>GLUPSZ, SEL</u>) Bitka schabowa 80 g (<u>GLUPSZ, SOS</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLUPSZ</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>GLUPSZ, SEL</u>) Bitka schabowa 80 g (<u>GLUPSZ, SOS</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLUPSZ</u>) 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>GLUPSZ, SEL</u>) Bitka schabowa 80 g (<u>GLUPSZ, SOS</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLUPSZ</u>) 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>GLUPSZ, SEL</u>) Bitka schabowa 80 g (<u>GLUPSZ, SOS</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLUPSZ</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 130 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>) Bitka schabowa 60 g (<u>GLUPSZ, SOS</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLUPSZ</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>GLUPSZ, MLE, SEL</u>) Bitka schabowa 80 g (<u>GLUPSZ, SOS</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLUPSZ</u>) Ziemniaki gotowane 140 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 130 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	
2025-03-30 międziedziela	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Słupki z marchewki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
		PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SO2</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Salata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SO2</u>)		Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SO2</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: 2152.29 kcal; Białko ogółem: 110.89 g; Tłuszcz: 62.50 g; Kw. tł. nasy.: 24.26 g; Węglowodany ogółem: 307.67 g; W tym cukry: 50.35 g; Błonnik pok.: 44.89 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.: 20.40 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.: 22.54 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;

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,