

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 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	
2025-03-03 poniedziałek	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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ</u>) Rzodkiew biała 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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ</u>) Cukinia pieczona z olejem * 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 Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ</u>) Cukinia pieczona z olejem * 80 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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ</u>) Rzodkiew biała 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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ</u>) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Sałata zielona 20 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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 20 g (<u>SOJ</u>) Rzodkiew biała 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>) Rzodkiew biała 50 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>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ</u>) Rzodkiew biała 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>) Pasta z groszku zielonego b/ml 50 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>)			
	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami* 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Kotlet pożarski-drobiowy 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 130 g (<u>GOR</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami* 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 130 g (<u>GOR</u>) Sznajki gotowane z olejem* 60 g (<u>GLUPSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami* 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 200 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Kotlet pożarski-drobiowy 80 g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Ziemniaki gotowane 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Kotlet pożarski-drobiowy 80 g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Ziemniaki gotowane 120 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Kotlet pożarski-drobiowy 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Ziemniaki gotowane 140 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml		
	PD					Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 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>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</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>) 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 Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor b/skórki 80 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>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g 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% 5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Papryka świeża 50 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Papryka świeża 50 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>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Papryka świeża 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>) Płat szynkowy - produkt wędziny parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLUPSZ, SOJ</u>) Sałata zielona 10 g		Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) mielona Płat szynkowy - produkt wędziny parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLUPSZ, 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>) Płat szynkowy - produkt wędziny parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLUPSZ, SOJ</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Płat szynkowy - produkt wędziny parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLUPSZ, SOJ</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Płat szynkowy - produkt wędziny parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLUPSZ, SOJ</u>) Sałata zielona 10 g			
			Wartość energetyczna: 2549.51 kcal; Białko ogółem: 98.00 g; Tłuszcz: 89.23 g; Kw. tł. nasy.: 28.03 g; Węglowodany ogółem: 355.23 g; W tym cukry: 45.62 g; Błonnik pok.: 37.41 g; Sól: 10.62 g;	Wartość energetyczna: 2183.16 kcal; Białko ogółem: 86.38 g; Tłuszcz: 59.49 g; Kw. tł. nasy.: 25.50 g; Węglowodany ogółem: 337.08 g; W tym cukry: 49.95 g; Błonnik pok.: 23.83 g; Sól: 8.45 g;	Wartość energetyczna: 2112.67 kcal; Białko ogółem: 86.47 g; Tłuszcz: 51.21 g; Kw. tł. nasy.: 22.79 g; Węglowodany ogółem: 337.21 g; W tym cukry: 51.39 g; Błonnik pok.: 20.59 g; Sól: 8.35 g;	Wartość energetyczna: 2262.15 kcal; Białko ogółem: 98.01 g; Tłuszcz: 73.77 g; Kw. tł. nasy.: 25.94 g; Węglowodany ogółem: 325.34 g; W tym cukry: 37.25 g; Błonnik pok.: 49.15 g; Sól: 9.71 g;	Wartość energetyczna: 2093.47 kcal; Białko ogółem: 83.22 g; Tłuszcz: 51.04 g; Kw. tł. nasy.: 22.86 g; Węglowodany ogółem: 337.06 g; W tym cukry: 50.27 g; Błonnik pok.: 23.79 g; Sól: 9.33 g;	Wartość energetyczna: 1619.38 kcal; Białko ogółem: 66.41 g; Tłuszcz: 55.38 g; Kw. tł. nasy.: 20.07 g; Węglowodany ogółem: 221.48 g; W tym cukry: 79.70 g; Błonnik pok.: 18.31 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 1757.03 kcal; Białko ogółem: 67.00 g; Tłuszcz: 63.78 g; Kw. tł. nasy.: 25.10 g; Węglowodany ogółem: 237.69 g; W tym cukry: 77.45 g; Błonnik pok.: 20.61 g; Sól: 4.71 g;	Wartość energetyczna: 2169.78 kcal; Białko ogółem: 88.14 g; Tłuszcz: 78.20 g; Kw. tł. nasy.: 28.95 g; Węglowodany ogółem: 289.46 g; W tym cukry: 87.42 g; Błonnik pok.: 25.45 g; Sól: 6.00 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 PIM MSWiA

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wędzowanych pieczony 70 g (GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE) Ogórek konserwowy 80 g (GOR) 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) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLUPSZ, 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) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ) 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 (GLUPSZ, SOJ, MLE) Pomidor b/skórki 80 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 (GLUPSZ, 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 (GLUPSZ, SOJ, MLE) Ogórek konserwowy 80 g (GOR) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ) 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 (GLUPSZ, SOJ, MLE) Pomidor b/skórki 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 (GLUPSZ) 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 (GLUPSZ, SOJ, MLE) Ogórek kiszony 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 15 g	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ) 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 (GLUPSZ, SOJ, MLE) Ogórek kiszony 50 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 (GLUPSZ) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLUPSZ, 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.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Papryka świeża 50 g		
Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (GLUPSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLUPSZ) Makaron 180 g (GLUPSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLUPSZ, SEL) Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (GLUPSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLUPSZ) Makaron 180 g (GLUPSZ) Dymna z wody 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLUPSZ, SEL) Klopsik wieprzowy 80 g (GLUPSZ, JAJ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLUPSZ) Ziemniaki gotowane 180 g Dymna z wody 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLUPSZ, SEL) Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (GLUPSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLUPSZ) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLUPSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g Fasolka szparagowa z wody* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLUPSZ, SEL) Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (GLUPSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLUPSZ) Makaron 180 g (GLUPSZ) Dymna z wody 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 200 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (GLUPSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLUPSZ) Makaron 100 g (GLUPSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (GLUPSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLUPSZ) Makaron 120 g (GLUPSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (GLUPSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLUPSZ) Makaron 140 g (GLUPSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
PD				Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Ciasto drożdżowe b/c 50 g (GLUPSZ, JAJ)		Koktajl bananowy 200 ml (MLE)		
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) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Dżem 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 Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Dżem 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Dżem 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% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Pomidor 80 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) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Pomidor 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) Ser żółty 30 g (MLE) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biał. mleka w osłonce niejadalnej. 30 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLUPSZ, SEL) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biał. mleka w osłonce niejadalnej. 30 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLUPSZ, SEL)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biał. mleka w osłonce niejadalnej. 30 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLUPSZ, SEL) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biał. mleka w osłonce niejadalnej. 30 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLUPSZ, SEL) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Sałata zielona 10 g		
	Wartość energetyczna: 2320.89 kcal; Białko ogółem: 99.97 g; Tłuszcz: 73.23 g; Kw. tł. nasy.: 30.36 g; Węglowodany ogółem: 330.21 g; W tym cukry: 38.85 g; Błonnik pok.: 28.15 g; Sól: 10.83 g;	Wartość energetyczna: 2264.13 kcal; Białko ogółem: 91.17 g; Tłuszcz: 53.50 g; Kw. tł. nasy.: 22.33 g; Węglowodany ogółem: 363.06 g; W tym cukry: 73.96 g; Błonnik pok.: 22.37 g; Sól: 10.23 g;	Wartość energetyczna: 2187.67 kcal; Białko ogółem: 86.36 g; Tłuszcz: 49.69 g; Kw. tł. nasy.: 357.00 g; W tym cukry: 76.55 g; Błonnik pok.: 19.36 g; Sól: 8.83 g;	Wartość energetyczna: 2303.45 kcal; Białko ogółem: 105.22 g; Tłuszcz: 62.90 g; Kw. tł. nasy.: 22.26 g; Węglowodany ogółem: 317.48 g; W tym cukry: 30.25 g; Błonnik pok.: 43.90 g; Sól: 11.81 g;	Wartość energetyczna: 2283.48 kcal; Białko ogółem: 93.94 g; Tłuszcz: 53.70 g; Kw. tł. nasy.: 22.30 g; Węglowodany ogółem: 364.31 g; W tym cukry: 75.05 g; Błonnik pok.: 20.84 g; Sól: 9.57 g;	Wartość energetyczna: 1655.54 kcal; Białko ogółem: 81.47 g; Tłuszcz: 51.73 g; Kw. tł. nasy.: 23.04 g; Węglowodany ogółem: 224.33 g; W tym cukry: 59.38 g; Błonnik pok.: 13.50 g; Sól: 6.23 g;	Wartość energetyczna: 1854.73 kcal; Białko ogółem: 91.15 g; Tłuszcz: 63.66 g; Kw. tł. nasy.: 28.54 g; Węglowodany ogółem: 239.29 g; W tym cukry: 57.05 g; Błonnik pok.: 15.82 g; Sól: 7.28 g;	Wartość energetyczna: 2103.10 kcal; Białko ogółem: 101.59 g; Tłuszcz: 68.18 g; Kw. tł. nasy.: 29.97 g; Węglowodany ogółem: 282.14 g; W tym cukry: 62.64 g; Błonnik pok.: 18.98 g; Sól: 9.19 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 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
2025-03-05 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenenny 40 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Mandarynka 150 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenenny 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Mandarynka 150 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Płatki owsiane na mleku 130 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Mandarynka 150 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 15 g	Płatki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Mandarynka 150 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Mandarynka 150 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g
	II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Słupki z marchewki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Słupki z marchewki 70 g		
	Obiad	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU, PSZ, SOJ, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 130 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU, PSZ, SOJ, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL) Pulpet mięsno-warzywny* (drobiowy) 80 g (GLU, PSZ, JAJ, SEL) Sos koperkowy * 80 ml (GLU, PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU, PSZ, SOJ, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 130 g (SEL) Szpinak gotowany z olejem* 60 g (GLU, PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL) Pulpet mięsno-warzywny* (drobiowy) 80 g (GLU, PSZ, JAJ, SEL) Sos koperkowy * 80 ml (GLU, PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 200 ml (MLE, SEL) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU, PSZ, SOJ, SEL) Ziemniaki gotowane 120 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU, PSZ, SOJ, SEL) Ziemniaki gotowane 120 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU, PSZ, SOJ, SEL) Ziemniaki gotowane 140 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 130 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD				Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Jabłko 150 g		Jabłko 150 g		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z makreli wędzonej z warzywami* 100 g (RYB, SEL) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (RYB, SEL) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (RYB, SEL) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenenny 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z makreli wędzonej z warzywami* 100 g (RYB, SEL) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (RYB, SEL) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU, PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 50 g (RYB, SEL) Papryka świeża 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 50 g (RYB, SEL) Papryka świeża 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (RYB, SEL) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	ŻN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Hummus z ciecierzycy 50 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek 50 g (MLE) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek 50 g (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Hummus z ciecierzycy 50 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek 50 g (MLE) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Hummus z ciecierzycy 50 g Sałata zielona 10 g		
		Wartość energetyczna: 2337.82 kcal; Białko ogółem: 75.79 g; Tłuszcz: 82.11 g; Kw. tł. nasy.: 24.88 g; Węglowodany ogółem: 341.05 g; W tym cukry: 61.55 g; Błonnik pok.: 38.77 g; Sól: 8.91 g;	Wartość energetyczna: 2153.78 kcal; Białko ogółem: 85.90 g; Tłuszcz: 56.15 g; Kw. tł. nasy.: 20.85 g; Węglowodany ogółem: 340.52 g; W tym cukry: 65.70 g; Błonnik pok.: 30.36 g; Sól: 6.79 g;	Wartość energetyczna: 2205.53 kcal; Białko ogółem: 97.98 g; Tłuszcz: 56.98 g; Kw. tł. nasy.: 21.62 g; Węglowodany ogółem: 337.43 g; W tym cukry: 63.38 g; Błonnik pok.: 25.74 g; Sól: 5.68 g;	Wartość energetyczna: 2338.25 kcal; Białko ogółem: 84.98 g; Tłuszcz: 87.26 g; Kw. tł. nasy.: 24.44 g; Węglowodany ogółem: 328.52 g; W tym cukry: 60.74 g; Błonnik pok.: 54.10 g; Sól: 8.46 g;	Wartość energetyczna: 2185.21 kcal; Białko ogółem: 94.63 g; Tłuszcz: 56.80 g; Kw. tł. nasy.: 21.66 g; Węglowodany ogółem: 337.08 g; W tym cukry: 62.19 g; Błonnik pok.: 28.84 g; Sól: 6.66 g;	Wartość energetyczna: 1432.92 kcal; Białko ogółem: 51.55 g; Tłuszcz: 44.31 g; Kw. tł. nasy.: 18.56 g; Węglowodany ogółem: 218.21 g; W tym cukry: 72.97 g; Błonnik pok.: 25.65 g; Sól: 3.13 g;	Wartość energetyczna: 1503.11 kcal; Białko ogółem: 51.63 g; Tłuszcz: 52.73 g; Kw. tł. nasy.: 18.56 g; Węglowodany ogółem: 217.44 g; W tym cukry: 71.47 g; Błonnik pok.: 26.93 g; Sól: 3.27 g;	Wartość energetyczna: 1829.46 kcal; Białko ogółem: 71.77 g; Tłuszcz: 60.93 g; Kw. tł. nasy.: 20.10 g; Węglowodany ogółem: 262.59 g; W tym cukry: 79.46 g; Błonnik pok.: 31.57 g; Sól: 4.16 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 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		
2025-03-06 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) 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 Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Dżem 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) 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) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 20 g (SOJ) Ogórek kiszony 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 15 g	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ) Ogórek kiszony 50 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 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g		
	II ŚN					Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Paszтет sojowy z pomidorami 50 g (SOJ, GOR) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Banan 150 g			
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT) Leczo z drobiem-dieta * 150 g Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 130 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Leczo z drobiem-dieta * 150 g Ryż na sypko 180 g Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Mięso wieprzowe mielone w sosie wt 80 g (GLU PSZ) Ziemniaki gotowane 180 g Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT) Leczo z drobiem-dieta * 150 g Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 130 g (SEL) Brokuł gotowany* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Leczo z drobiem-dieta * 150 g Ryż na sypko 180 g Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 200 ml (GLU PSZ, SEL) Leczo z drobiem-dieta * 100 g Ryż na sypko 100 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 100 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL) Leczo z drobiem-dieta * 120 g Ryż na sypko 120 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 100 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL) Leczo z drobiem-dieta * 150 g Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 130 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml		
	PD					Maślanka 150 ml (MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g		Serek homogenizowany o smaku waniliowym 140g 1 szt (MLE)			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Sałatką jarzynowa* 80 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Sałatką jarzynowa* dieta 80 g (MLE, SEL) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Sałatką jarzynowa* dieta 80 g (MLE, SEL) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Sałatką jarzynowa* dieta 80 g (MLE, SEL) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Sałatką jarzynowa* dieta 80 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Sałatką jarzynowa* 40 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Sałatką jarzynowa* 50 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Sałatką jarzynowa* 80 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ) Sałata zielona 10 g		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ) Sałata zielona 10 g	Masło extra 82% 5 g (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ) Sałata zielona 10 g				
		Wartość energetyczna: 2071.75 kcal; Białko ogółem: 71.65 g; Tłuszcz: 53.33 g; Kw. tł. nasy.: 21.33 g; Węglowodany ogółem: 341.47 g; W tym cukry: 44.73 g; Błonnik pok.: 31.91 g; Sól: 10.74 g;	Wartość energetyczna: 2111.54 kcal; Białko ogółem: 74.04 g; Tłuszcz: 42.26 g; Kw. tł. nasy.: 19.54 g; Węglowodany ogółem: 370.69 g; W tym cukry: 70.38 g; Błonnik pok.: 24.60 g; Sól: 9.25 g;	Wartość energetyczna: 2205.05 kcal; Białko ogółem: 89.30 g; Tłuszcz: 52.99 g; Kw. tł. nasy.: 22.78 g; Węglowodany ogółem: 353.64 g; W tym cukry: 70.06 g; Błonnik pok.: 20.04 g; Sól: 8.12 g;	Wartość energetyczna: 2092.21 kcal; Białko ogółem: 79.64 g; Tłuszcz: 59.98 g; Kw. tł. nasy.: 19.26 g; Węglowodany ogółem: 372.60 g; W tym cukry: 71.58 g; Błonnik pok.: 50.27 g; Sól: 10.71 g;	Wartość energetyczna: 2131.54 kcal; Białko ogółem: 76.84 g; Tłuszcz: 42.46 g; Kw. tł. nasy.: 19.51 g; Węglowodany ogółem: 372.09 g; W tym cukry: 71.58 g; Błonnik pok.: 23.10 g; Sól: 8.60 g;	Wartość energetyczna: 1429.96 kcal; Białko ogółem: 54.17 g; Tłuszcz: 37.60 g; Kw. tł. nasy.: 16.34 g; Węglowodany ogółem: 237.05 g; W tym cukry: 84.55 g; Błonnik pok.: 15.45 g; Sól: 4.86 g;	Wartość energetyczna: 1542.71 kcal; Białko ogółem: 55.50 g; Tłuszcz: 46.00 g; Kw. tł. nasy.: 21.05 g; Węglowodany ogółem: 235.76 g; W tym cukry: 81.86 g; Błonnik pok.: 17.02 g; Sól: 5.45 g;	Wartość energetyczna: 1837.65 kcal; Białko ogółem: 66.61 g; Tłuszcz: 52.39 g; Kw. tł. nasy.: 21.76 g; Węglowodany ogółem: 286.47 g; W tym cukry: 84.42 g; Błonnik pok.: 21.41 g; Sól: 7.77 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 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	
2025-03-07 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLUPSZ, 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) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szyunka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (SOJ) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyunka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (SOJ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza manna na mleku 150 ml (GLUPSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 15 g	Kasza manna na mleku 200 ml (GLUPSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g
	II ŚN	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE)							
	Obiad	Dyniowa z makaronem* 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Sos cytrynowy 80 ml (GLUPSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLUPSZ, SEL) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Sos cytrynowy 80 ml (GLUPSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mleka)* 400 ml (GLUPSZ, SEL) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Sos cytrynowy 80 ml (GLUPSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLUPSZ, SEL) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Sos cytrynowy 80 ml (GLUPSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 200 ml (GLUPSZ, SEL) Ryba pieczona (Miruna) 50 g (RYB) Sos cytrynowy 80 ml (GLUPSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 100 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 300 ml (GLUPSZ, SEL) Ryba pieczona (Miruna) 50 g (RYB) Sos cytrynowy 80 ml (GLUPSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 120 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLUPSZ, SEL) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Sos cytrynowy 80 ml (GLUPSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
	PD	Jabłko 150 g Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)				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) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Jabłko 150 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) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Jabłko pieczone 150 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) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Papryka świeża 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) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Jabłko pieczone 150 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) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) Papryka świeża 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) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Papryka świeża 50 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) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Papryka świeża 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) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g		
	Wartość energetyczna: 2209.05 kcal; Białko ogółem: 99.97 g; Tłuszcz: 59.02 g; Kw. tł. nasy.: 24.70 g; Węglowodany ogółem: 333.50 g; W tym cukry: 63.21 g; Błonnik pok.: 32.29 g; Sól: 7.89 g;	Wartość energetyczna: 2236.09 kcal; Białko ogółem: 104.37 g; Tłuszcz: 58.05 g; Kw. tł. nasy.: 24.48 g; Węglowodany ogółem: 334.33 g; W tym cukry: 58.17 g; Błonnik pok.: 24.38 g; Sól: 7.38 g;	Wartość energetyczna: 2152.49 kcal; Białko ogółem: 99.59 g; Tłuszcz: 49.45 g; Kw. tł. nasy.: 21.42 g; Węglowodany ogółem: 336.79 g; W tym cukry: 59.33 g; Błonnik pok.: 21.34 g; Sól: 7.07 g;	Wartość energetyczna: 2146.82 kcal; Białko ogółem: 110.03 g; Tłuszcz: 63.51 g; Kw. tł. nasy.: 24.37 g; Węglowodany ogółem: 304.71 g; W tym cukry: 53.38 g; Błonnik pok.: 48.91 g; Sól: 8.36 g;	Wartość energetyczna: 2141.13 kcal; Białko ogółem: 97.55 g; Tłuszcz: 49.35 g; Kw. tł. nasy.: 21.47 g; Węglowodany ogółem: 336.95 g; W tym cukry: 58.67 g; Błonnik pok.: 23.60 g; Sól: 7.72 g;	Wartość energetyczna: 1434.64 kcal; Białko ogółem: 75.02 g; Tłuszcz: 41.93 g; Kw. tł. nasy.: 18.57 g; Węglowodany ogółem: 200.13 g; W tym cukry: 81.29 g; Błonnik pok.: 15.98 g; Sól: 3.53 g;	Wartość energetyczna: 1531.99 kcal; Białko ogółem: 77.15 g; Tłuszcz: 49.58 g; Kw. tł. nasy.: 23.64 g; Węglowodany ogółem: 205.74 g; W tym cukry: 80.11 g; Błonnik pok.: 17.58 g; Sól: 3.69 g;	Wartość energetyczna: 1964.08 kcal; Białko ogółem: 99.94 g; Tłuszcz: 59.60 g; Kw. tł. nasy.: 26.55 g; Węglowodany ogółem: 271.05 g; W tym cukry: 88.97 g; Błonnik pok.: 24.05 g; Sól: 5.45 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 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	
2025-03-08 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>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>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 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>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 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>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) mielona Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ</u>) Dżem 80 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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 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>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 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 150 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 15 g	Ryż na mleku 200 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 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>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 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>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Mandarynka 150 g			
	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL</u>) Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL</u>) Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u>) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 130 g Cukinia pieczona z olejem * 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL</u>) Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u>) Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 200 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Gulasz wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (<u>GLU JECZ</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Gulasz wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 140 g (<u>GLU JECZ</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 140 g (<u>GLU JECZ</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD				Płatki owsiane 10 g (<u>GLU OW</u>) Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>)	Galaretko o smaku truskawkowym z owocami 200 g			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>) Rzodkiew biała plastry 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>) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	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. 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>) Pomidor b/skórki 80 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>) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>) Rzodkiew biała plastry 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>) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, 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>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. 30 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>) Rzodkiew biała plastry 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>) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>) Rzodkiew biała plastry 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>) Rzodkiew biała plastry 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN	Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<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>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</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>)	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>)
		Wartość energetyczna: 2525.62 kcal; Białko ogółem: 106.97 g; Tłuszcz: 80.27 g; Kw. tł. nasy.: 33.63 g; Węglowodany ogółem: 362.03 g; W tym cukry: 52.05 g; Błonnik pok.: 35.86 g; Sól: 8.56 g;	Wartość energetyczna: 2336.56 kcal; Białko ogółem: 89.52 g; Tłuszcz: 65.91 g; Kw. tł. nasy.: 25.24 g; Węglowodany ogółem: 358.52 g; W tym cukry: 63.55 g; Błonnik pok.: 26.61 g; Sól: 8.23 g;	Wartość energetyczna: 2108.11 kcal; Białko ogółem: 89.17 g; Tłuszcz: 56.65 g; Kw. tł. nasy.: 24.13 g; Węglowodany ogółem: 320.67 g; W tym cukry: 67.86 g; Błonnik pok.: 20.91 g; Sól: 6.48 g;	Wartość energetyczna: 2293.29 kcal; Białko ogółem: 109.09 g; Tłuszcz: 78.21 g; Kw. tł. nasy.: 27.24 g; Węglowodany ogółem: 312.16 g; W tym cukry: 29.59 g; Błonnik pok.: 48.31 g; Sól: 10.28 g;	Wartość energetyczna: 2294.15 kcal; Białko ogółem: 92.72 g; Tłuszcz: 59.48 g; Kw. tł. nasy.: 24.62 g; Węglowodany ogółem: 358.78 g; W tym cukry: 67.53 g; Błonnik pok.: 25.01 g; Sól: 7.58 g;	Wartość energetyczna: 1746.79 kcal; Białko ogółem: 73.60 g; Tłuszcz: 51.58 g; Kw. tł. nasy.: 21.11 g; Węglowodany ogółem: 255.79 g; W tym cukry: 67.52 g; Błonnik pok.: 18.08 g; Sól: 3.75 g;	Wartość energetyczna: 1972.39 kcal; Białko ogółem: 82.57 g; Tłuszcz: 65.78 g; Kw. tł. nasy.: 28.60 g; Węglowodany ogółem: 273.50 g; W tym cukry: 65.13 g; Błonnik pok.: 21.80 g; Sól: 4.52 g;	Wartość energetyczna: 2302.13 kcal; Białko ogółem: 100.31 g; Tłuszcz: 76.53 g; Kw. tł. nasy.: 33.01 g; Węglowodany ogółem: 315.93 g; W tym cukry: 73.15 g; Błonnik pok.: 25.04 g; Sól: 5.67 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 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
2025-03-09 niedziela	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>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną, 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną, 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Banan 150 g Mix салат 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 Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną, 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Banan 150 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>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną, 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Papryka świeża 80 g Mix салат 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>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną, 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Banan 150 g Mix салат 20 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>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną, 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Papryka świeża 40 g Mix салат 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>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną, 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Papryka świeża 50 g Mix салат 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>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną, 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Papryka świeża 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>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE</u>)		
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Surówka Colesław b/c 130 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Pulpet drobiowy 80 g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Ziemiaki z kapusty białej z koperkiem i z olejem 130 g Brokuł gotowany* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g 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	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) 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 * 200 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 100 g Surówka Colesław b/c 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 120 g Surówka Colesław b/c 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 140 g Surówka Colesław b/c 130 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD					Kefir 2,0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Jabłko 150 g	Banan 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>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 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 i siemienia z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>) Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowym 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>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 80 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 i siemienia z natką pietruszki 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 i siemienia z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</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% 5 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 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 i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE</u>) Słupki z marchewki 50 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 i siemienia z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>) Słupki z marchewki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN	Chalka 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chalka 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną, 30 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SEL, GOR</u>) Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chalka 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>)			
		Wartość energetyczna: 2357.27 kcal; Białko ogółem: 119.86 g; Tłuszcz: 73.43 g; Kw. tł. nasy.: 28.26 g; Węglowodany ogółem: 320.15 g; W tym cukry: 57.28 g; Błonnik pok.: 29.12 g; Sól: 8.35 g;	Wartość energetyczna: 2517.05 kcal; Białko ogółem: 123.96 g; Tłuszcz: 72.81 g; Kw. tł. nasy.: 28.19 g; Węglowodany ogółem: 354.79 g; W tym cukry: 78.35 g; Błonnik pok.: 24.56 g; Sól: 8.69 g;	Wartość energetyczna: 2267.31 kcal; Białko ogółem: 98.67 g; Tłuszcz: 49.60 g; Kw. tł. nasy.: 21.61 g; Węglowodany ogółem: 367.79 g; W tym cukry: 80.54 g; Błonnik pok.: 22.32 g; Sól: 6.79 g;	Wartość energetyczna: 2317.15 kcal; Białko ogółem: 127.32 g; Tłuszcz: 82.17 g; Kw. tł. nasy.: 30.31 g; Węglowodany ogółem: 290.07 g; W tym cukry: 50.15 g; Błonnik pok.: 43.78 g; Sól: 9.88 g;	Wartość energetyczna: 2453.76 kcal; Białko ogółem: 120.06 g; Tłuszcz: 65.12 g; Kw. tł. nasy.: 26.76 g; Węglowodany ogółem: 360.98 g; W tym cukry: 79.64 g; Błonnik pok.: 24.75 g; Sól: 7.82 g;	Wartość energetyczna: 1822.92 kcal; Białko ogółem: 96.76 g; Tłuszcz: 58.46 g; Kw. tł. nasy.: 21.98 g; Węglowodany ogółem: 236.32 g; W tym cukry: 78.16 g; Błonnik pok.: 15.47 g; Sól: 3.95 g;	Wartość energetyczna: 1951.25 kcal; Białko ogółem: 103.81 g; Tłuszcz: 68.25 g; Kw. tł. nasy.: 27.69 g; Węglowodany ogółem: 240.64 g; W tym cukry: 76.89 g; Błonnik pok.: 17.14 g; Sól: 4.60 g;	Wartość energetyczna: 2223.21 kcal; Białko ogółem: 118.09 g; Tłuszcz: 73.75 g; Kw. tł. nasy.: 29.66 g; Węglowodany ogółem: 283.61 g; W tym cukry: 85.74 g; Błonnik pok.: 19.88 g; Sól: 5.68 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLUPSZ, 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 (GLUPSZ, 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 (GLUPSZ, 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 (GLUPSZ, 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) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLUPSZ, 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 (GLUPSZ) 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 (GLUPSZ, 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 (GLUPSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 30 g (GLUPSZ, 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 30 g (GLUPSZ) 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 (GLUPSZ, SOJ, MLE) Pomidor 50 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 (GLUPSZ) 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 (GLUPSZ, SOJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g
II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Rzodkiew biała 50 g		
Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Naleśniki z serem białym 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Mus z jabłek () b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLUPSZ, SEL) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE) Mus z jabłek () b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLUPSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Mięso drobiowe mielone w sosie w/ 80 g (GLUPSZ) Szpinaż gotowany z olejem* 130 g (GLUPSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 80 g (GLUPSZ, JAJ) Sos majeranekowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 130 g Szpinaż gotowany z olejem* 60 g (GLUPSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE) Mus z jabłek () b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Naleśniki z serem białym 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Mus z jabłek () b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Naleśniki z serem białym 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Mus z jabłek () b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
PD				Maślanka 150 ml (MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g		Biszkopcy 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JE CZ.)		
Kolekcja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Dymna z wody 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Dymna z wody 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Dymna z wody 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Ogórek kiszony 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) Ser żółty 40 g (MLE) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g		
	Wartość energetyczna: 2476.69 kcal; Białko ogółem: 102.56 g; Tłuszcz: 77.88 g; Kw. tł. nasy.: 36.79 g; Węglowodany ogółem: 352.61 g; W tym cukry: 68.12 g; Błonnik pok.: 28.43 g; Sól: 11.45 g;	Wartość energetyczna: 2253.59 kcal; Białko ogółem: 83.91 g; Tłuszcz: 43.82 g; Kw. tł. nasy.: 22.20 g; Węglowodany ogółem: 389.40 g; W tym cukry: 79.50 g; Błonnik pok.: 24.55 g; Sól: 7.62 g;	Wartość energetyczna: 2240.93 kcal; Białko ogółem: 95.58 g; Tłuszcz: 53.40 g; Kw. tł. nasy.: 20.67 g; Węglowodany ogółem: 352.84 g; W tym cukry: 74.51 g; Błonnik pok.: 20.93 g; Sól: 6.85 g;	Wartość energetyczna: 2147.82 kcal; Białko ogółem: 99.35 g; Tłuszcz: 56.48 g; Kw. tł. nasy.: 19.19 g; Węglowodany ogółem: 329.52 g; W tym cukry: 33.53 g; Błonnik pok.: 49.28 g; Sól: 10.17 g;	Wartość energetyczna: 2273.59 kcal; Białko ogółem: 86.71 g; Tłuszcz: 44.02 g; Kw. tł. nasy.: 22.17 g; Węglowodany ogółem: 390.80 g; W tym cukry: 80.70 g; Błonnik pok.: 23.05 g; Sól: 6.97 g;	Wartość energetyczna: 1972.80 kcal; Białko ogółem: 92.89 g; Tłuszcz: 67.58 g; Kw. tł. nasy.: 29.80 g; Węglowodany ogółem: 259.91 g; W tym cukry: 73.08 g; Błonnik pok.: 14.38 g; Sól: 7.66 g;	Wartość energetyczna: 2137.47 kcal; Białko ogółem: 97.55 g; Tłuszcz: 79.24 g; Kw. tł. nasy.: 37.32 g; Węglowodany ogółem: 271.17 g; W tym cukry: 75.60 g; Błonnik pok.: 16.16 g; Sól: 8.28 g;	Wartość energetyczna: 2291.75 kcal; Białko ogółem: 103.66 g; Tłuszcz: 83.26 g; Kw. tł. nasy.: 39.60 g; Węglowodany ogółem: 295.67 g; W tym cukry: 76.11 g; Błonnik pok.: 18.62 g; Sól: 10.19 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 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
2025-03-11 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Mielona Szyńska z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szyńska z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Płatki jęczmienne na mleku 150 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 15 g	Płatki jęczmienne na mleku 200 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g
	II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Pomarańcza 150 g	
	Obiad	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka wykwinna z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Pulpet drobiowy 80 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka wykwinna z olejem b/c 130 g Cukinia pieczona z olejem* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 200 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 50 g Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 300 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 50 g Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane 120 g Surówka wykwinna z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 300 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka wykwinna z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD				Wafle ryżowe 30 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)			Galaretką o smaku brzoskwinowym 200 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynekowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynekowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jabłko pieczone 150 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 Szynekowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynekowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynekowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jabłko pieczone 150 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% 10 g (<u>MLE</u>) Szynekowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Papryka świeża 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>) Szynekowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Papryka świeża 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>) Szynekowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Papryka świeża 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>) Mielona 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>)	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		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: 2107.76 kcal; Białko ogółem: 96.06 g; Tłuszcz: 62.12 g; Kw. tł. nasy.: 23.30 g; Węglowodany ogółem: 305.35 g; W tym cukry: 47.28 g; Błonnik pok.: 30.90 g; Sól: 10.28 g;	Wartość energetyczna: 2091.96 kcal; Białko ogółem: 95.39 g; Tłuszcz: 51.95 g; Kw. tł. nasy.: 22.58 g; Węglowodany ogółem: 323.14 g; W tym cukry: 56.94 g; Błonnik pok.: 27.61 g; Sól: 10.51 g;	Wartość energetyczna: 2086.96 kcal; Białko ogółem: 88.30 g; Tłuszcz: 50.45 g; Kw. tł. nasy.: 20.96 g; Węglowodany ogółem: 331.29 g; W tym cukry: 59.50 g; Błonnik pok.: 23.11 g; Sól: 9.40 g;	Wartość energetyczna: 2147.60 kcal; Białko ogółem: 103.30 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 24.20 g; Węglowodany ogółem: 296.05 g; W tym cukry: 37.85 g; Błonnik pok.: 38.75 g; Sól: 11.17 g;	Wartość energetyczna: 2006.92 kcal; Białko ogółem: 93.30 g; Tłuszcz: 43.00 g; Kw. tł. nasy.: 19.72 g; Węglowodany ogółem: 323.79 g; W tym cukry: 58.26 g; Błonnik pok.: 26.08 g; Sól: 10.25 g;	Wartość energetyczna: 1418.79 kcal; Białko ogółem: 69.78 g; Tłuszcz: 41.49 g; Kw. tł. nasy.: 15.15 g; Węglowodany ogółem: 197.81 g; W tym cukry: 80.93 g; Błonnik pok.: 14.96 g; Sól: 5.74 g;	Wartość energetyczna: 1479.45 kcal; Białko ogółem: 68.18 g; Tłuszcz: 48.33 g; Kw. tł. nasy.: 19.69 g; Węglowodany ogółem: 200.12 g; W tym cukry: 78.59 g; Błonnik pok.: 16.52 g; Sól: 5.91 g;	Wartość energetyczna: 1880.80 kcal; Białko ogółem: 91.39 g; Tłuszcz: 59.82 g; Kw. tł. nasy.: 22.77 g; Węglowodany ogółem: 253.96 g; W tym cukry: 86.49 g; Błonnik pok.: 22.24 g; Sól: 7.56 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 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.wegłowodanów 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 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-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z zieleniną 80 g (<u>MLE</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Dżem 80 g Mix салат 20 g Kawa zbożowa na mleku z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) 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.o smaku naturalnym z zieleniną 80 g (<u>MLE</u>) Dżem 80 g Mix салат 20 g Kawa zbożowa na mleku z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) 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.o smaku naturalnym z zieleniną 80 g (<u>MLE</u>) Dżem 80 g Mix салат 20 g Kawa zbożowa na mleku z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) 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>) Serek homo.o smaku naturalnym z zieleniną 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Dżem 80 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) 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.o smaku naturalnym z zieleniną 80 g (<u>MLE</u>) Dżem 80 g Mix салат 20 g Kawa zbożowa na mleku z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) 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.o smaku naturalnym z zieleniną 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 40 g Mix салат 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u>) 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.o smaku naturalnym z zieleniną 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Kakao z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE</u>) 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.o smaku naturalnym z zieleniną 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Kakao z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE</u>) Cukier 15 g
II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		
Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Surówka z marchwi i chrzanu b/c 130 g (<u>MLE, SOZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 130 g Kompot owocowy z jabłkami b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 130 g Kompot owocowy z jabłkami b/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 60 g Surówka z marchwi i chrzanu b/c 130 g (<u>MLE, SOZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 200 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 120 g (<u>GLU JECZ.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 120 g (<u>GLU JECZ.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami b/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 140 g (<u>GLU JECZ.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami b/c 300 ml
PD				Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>) Jabłko 150 g		Jabłko 150 g		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Paprykarz rybny (miruna)-warzywny* 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>) Paprykarz rybny (miruna)-warzywny* 100 g (<u>RYB, SEL</u>) Pomidor 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 pol. kawałków mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Pomidor 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>) Paprykarz rybny (miruna)-warzywny* 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>) Paprykarz rybny (miruna)-warzywny* 100 g (<u>RYB, SEL</u>) Pomidor 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>) Paprykarz rybny (miruna)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL</u>) Ogórek kiszony 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>) Paprykarz rybny (miruna)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL</u>) Ogórek kiszony 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>) Paprykarz rybny (miruna)-warzywny* 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>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g	Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) mielona Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, 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>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g
	Wartość energetyczna: 2438.28 kcal; Białko ogółem: 100.72 g; Tłuszcz: 61.51 g; Kw. tł. nasy.: 26.42 g; Węglowodany ogółem: 386.33 g; W tym cukry: 73.88 g; Błonnik pok.: 35.06 g; Sól: 9.59 g;	Wartość energetyczna: 2528.28 kcal; Białko ogółem: 100.00 g; Tłuszcz: 56.72 g; Kw. tł. nasy.: 24.01 g; Węglowodany ogółem: 416.03 g; W tym cukry: 94.33 g; Błonnik pok.: 26.58 g; Sól: 8.41 g;	Wartość energetyczna: 2509.09 kcal; Białko ogółem: 103.71 g; Tłuszcz: 59.05 g; Kw. tł. nasy.: 24.60 g; Węglowodany ogółem: 399.84 g; W tym cukry: 94.55 g; Błonnik pok.: 20.40 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 2363.16 kcal; Białko ogółem: 108.26 g; Tłuszcz: 64.41 g; Kw. tł. nasy.: 24.12 g; Węglowodany ogółem: 361.11 g; W tym cukry: 65.78 g; Błonnik pok.: 48.83 g; Sól: 9.91 g;	Wartość energetyczna: 2548.28 kcal; Białko ogółem: 102.80 g; Tłuszcz: 56.92 g; Kw. tł. nasy.: 23.98 g; Węglowodany ogółem: 417.43 g; W tym cukry: 95.53 g; Błonnik pok.: 25.08 g; Sól: 7.76 g;	Wartość energetyczna: 1598.49 kcal; Białko ogółem: 73.53 g; Tłuszcz: 40.22 g; Kw. tł. nasy.: 18.67 g; Węglowodany ogółem: 247.80 g; W tym cukry: 96.76 g; Błonnik pok.: 18.99 g; Sól: 4.43 g;	Wartość energetyczna: 1759.50 kcal; Białko ogółem: 76.77 g; Tłuszcz: 55.79 g; Kw. tł. nasy.: 25.47 g; Węglowodany ogółem: 250.83 g; W tym cukry: 99.44 g; Błonnik pok.: 21.28 g; Sól: 5.33 g;	Wartość energetyczna: 2113.77 kcal; Białko ogółem: 97.18 g; Tłuszcz: 62.34 g; Kw. tł. nasy.: 27.24 g; Węglowodany ogółem: 306.48 g; W tym cukry: 106.20 g; Błonnik pok.: 26.72 g; Sól: 7.24 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 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	
2025-03-13 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jabiko pieczone 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jabiko pieczone 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jabiko pieczone 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 15 g	Kasza manna na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza manna na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Słupki z marchewki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Słupki z marchewki 70 g			
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g (GLU PSZ, SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ) Surówka z rzodkwi białej i jabłka (1) 130 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g (GLU PSZ, SEL) Makaron 180 g (GLUPSZ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g (GLU PSZ, SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g (GLU PSZ, SEL) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLUPSZ) Surówka z rzodkwi białej i jabłka (1) 130 g (MLE) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 200 ml (GLUPSZ, SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g (GLU PSZ, SEL) Makaron 120 g (GLU PSZ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 200 ml (GLUPSZ, SEL) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g (GLU PSZ, SEL) Makaron 120 g (GLU PSZ) Surówka z rzodkwi białej i jabłka (1) 100 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g (GLU PSZ, SEL) Makaron 120 g (GLU PSZ) Surówka z rzodkwi białej i jabłka (1) 100 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g (GLU PSZ, SEL) Makaron 140 g (GLU PSZ) Surówka z rzodkwi białej i jabłka (1) 130 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD				Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Wafle ryżowe 30 g		Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml		
	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) Pasztec z fasoli* 100 g (JAJ) 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) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasztec z fasoli* 100 g (JAJ) 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) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Pomidor b/skórki 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) Masło extra 82% 5 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ) 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) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ) Papryka świeża 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Salata zielona 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ)	Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Salata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Salata zielona 10 g		Salata zielona 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ)	
	Wartość energetyczna: 2339.01 kcal; Białko ogółem: 87.85 g; Tłuszcz: 66.23 g; Kw. tł. nasy.: 25.52 g; Węglowodany ogółem: 367.05 g; W tym cukry: 50.10 g; Błonnik pok.: 38.20 g; Sól: 7.86 g;	Wartość energetyczna: 2125.06 kcal; Białko ogółem: 84.51 g; Tłuszcz: 48.75 g; Kw. tł. nasy.: 21.41 g; Węglowodany ogółem: 345.99 g; W tym cukry: 53.60 g; Błonnik pok.: 22.76 g; Sól: 9.00 g;	Wartość energetyczna: 2222.40 kcal; Białko ogółem: 89.34 g; Tłuszcz: 55.02 g; Kw. tł. nasy.: 21.54 g; Węglowodany ogółem: 354.79 g; W tym cukry: 61.92 g; Błonnik pok.: 23.66 g; Sól: 7.55 g;	Wartość energetyczna: 2372.58 kcal; Białko ogółem: 103.12 g; Tłuszcz: 70.48 g; Kw. tł. nasy.: 25.92 g; Węglowodany ogółem: 352.29 g; W tym cukry: 38.06 g; Błonnik pok.: 54.43 g; Sól: 7.33 g;	Wartość energetyczna: 2194.56 kcal; Białko ogółem: 85.33 g; Tłuszcz: 54.75 g; Kw. tł. nasy.: 21.59 g; Węglowodany ogółem: 353.08 g; W tym cukry: 60.26 g; Błonnik pok.: 26.10 g; Sól: 8.52 g;	Wartość energetyczna: 1413.53 kcal; Białko ogółem: 59.13 g; Tłuszcz: 36.22 g; Kw. tł. nasy.: 16.02 g; Węglowodany ogółem: 221.44 g; W tym cukry: 70.76 g; Błonnik pok.: 16.13 g; Sól: 4.14 g;	Wartość energetyczna: 1470.12 kcal; Białko ogółem: 58.86 g; Tłuszcz: 43.14 g; Kw. tł. nasy.: 20.59 g; Węglowodany ogółem: 221.05 g; W tym cukry: 68.36 g; Błonnik pok.: 17.38 g; Sól: 4.46 g;	Wartość energetyczna: 1657.49 kcal; Białko ogółem: 67.28 g; Tłuszcz: 45.69 g; Kw. tł. nasy.: 21.39 g; Węglowodany ogółem: 255.43 g; W tym cukry: 71.21 g; Błonnik pok.: 21.38 g; Sól: 6.21 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 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	
2025-03-14 piątek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Mandarynka 150 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) Twarożek 80 g (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) Twarożek 80 g (MLE) Dżem 80 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) Twarożek 80 g (MLE) Mandarynka 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa 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) Twarożek 50 g (MLE) Mandarynka 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 15 g	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 50 g (MLE) Mandarynka 150 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) Twarożek 80 g (MLE) Mandarynka 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	
	II ŚN					Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Łopatka zbiojnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Biskvity 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ)			
	Obiad	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL, GLU JECZ) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Warzywa po grecku* 130 g (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL, GLU JECZ) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 130 g Warzywa po grecku* 60 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL, GLU JECZ) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Warzywa po grecku* 130 g (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 200 ml (MLE, SEL, GLU JECZ) Ryba pieczona (Miruna) 60 g (RYB) Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 300 ml (MLE, SEL, GLU JECZ) Ryba pieczona (Miruna) 60 g (RYB) Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 300 ml (MLE, SEL, GLU JECZ) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Warzywa po grecku* 130 g (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 140 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml		
	PD					Masłanka 150 ml (MLE) Płatki pszenne 10 g (GLU PSZ)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z jaj 100 g (JAJ, MLE) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z jaj 100 g (JAJ, MLE) Cukinia pieczona z olejem* 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (SOJ) Cukinia pieczona z olejem* 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z jaj 100 g (JAJ, MLE) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (SOJ) Cukinia pieczona z olejem* 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Pasta z jaj 50 g (JAJ, MLE) Ogórek kiszony 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z jaj 50 g (JAJ, MLE) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z jaj 80 g (JAJ, MLE) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	
PN	Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Masło extra 82% 5 g (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Sałata zielona 10 g	Masło extra 82% 5 g (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Sałata zielona 10 g	Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Sałata zielona 10 g	Sałata zielona 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR)		
		Wartość energetyczna: 2150.98 kcal; Białko ogółem: 95.36 g; Tłuszcz: 60.18 g; Kw. tł. nasy.: 24.70 g; Węglowodany ogółem: 320.53 g; W tym cukry: 52.48 g; Błonnik pok.: 30.15 g; Sól: 9.83 g;	Wartość energetyczna: 2278.33 kcal; Białko ogółem: 99.01 g; Tłuszcz: 59.07 g; Kw. tł. nasy.: 24.51 g; Węglowodany ogółem: 347.75 g; W tym cukry: 76.09 g; Błonnik pok.: 22.59 g; Sól: 7.48 g;	Wartość energetyczna: 2170.81 kcal; Białko ogółem: 92.49 g; Tłuszcz: 48.78 g; Kw. tł. nasy.: 20.78 g; Węglowodany ogółem: 349.71 g; W tym cukry: 76.65 g; Błonnik pok.: 19.39 g; Sól: 7.29 g;	Wartość energetyczna: 2076.23 kcal; Białko ogółem: 103.15 g; Tłuszcz: 60.85 g; Kw. tł. nasy.: 22.50 g; Węglowodany ogółem: 299.75 g; W tym cukry: 40.23 g; Błonnik pok.: 42.67 g; Sól: 10.32 g;	Wartość energetyczna: 2151.61 kcal; Białko ogółem: 89.24 g; Tłuszcz: 48.61 g; Kw. tł. nasy.: 18.10 g; Węglowodany ogółem: 349.56 g; W tym cukry: 75.53 g; Błonnik pok.: 22.59 g; Sól: 8.26 g;	Wartość energetyczna: 1527.59 kcal; Białko ogółem: 72.47 g; Tłuszcz: 41.24 g; Kw. tł. nasy.: 22.63 g; Węglowodany ogółem: 230.45 g; W tym cukry: 86.82 g; Błonnik pok.: 13.80 g; Sól: 4.45 g;	Wartość energetyczna: 1592.57 kcal; Białko ogółem: 70.58 g; Tłuszcz: 48.18 g; Kw. tł. nasy.: 22.63 g; Węglowodany ogółem: 233.61 g; W tym cukry: 83.60 g; Błonnik pok.: 15.00 g; Sól: 4.74 g;	Wartość energetyczna: 1928.92 kcal; Białko ogółem: 92.37 g; Tłuszcz: 57.14 g; Kw. tł. nasy.: 25.77 g; Węglowodany ogółem: 276.68 g; W tym cukry: 90.76 g; Błonnik pok.: 17.84 g; Sól: 6.34 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 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
2025-03-15 sobota	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-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 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>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jabłko pieczone 150 g Sałata lodowa 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>) mielona Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jabłko pieczone 150 g Sałata lodowa 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>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 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>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 40 g Sałata lodowa 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>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 50 g Sałata lodowa 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>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 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>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Jabłko 150 g	
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (<u>SEL</u>) Ryż na sypko z kurkumą 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Potrawka drobiowa 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko z kurkumą 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (<u>SEL</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Brokuł gotowany* 60 g Surówka z marchwi z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko z kurkumą 180 g Potrawka drobiowa 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko z kurkumą 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko z kurkumą 140 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko z kurkumą 140 g Buraczki gotowane 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>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 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>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	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 wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Pomidor b/skórki 80 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>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 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>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Pomidor b/skórki 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>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Rzodkiew biała 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>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Rzodkiew biała 50 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>)		Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) 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 maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Dżem 25 g 1 szt Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)		Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt
	Wartość energetyczna: 2157.99 kcal; Białko ogółem: 78.48 g; Tłuszcz: 60.19 g; Kw. tł. nasy.: 21.75 g; Węglowodany ogółem: 339.30 g; W tym cukry: 53.08 g; Błonnik pok.: 31.38 g; Sól: 8.65 g;	Wartość energetyczna: 2115.33 kcal; Białko ogółem: 81.57 g; Tłuszcz: 41.76 g; Kw. tł. nasy.: 18.59 g; Węglowodany ogółem: 366.42 g; W tym cukry: 67.30 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 1935.33 kcal; Białko ogółem: 80.71 g; Tłuszcz: 41.01 g; Kw. tł. nasy.: 18.28 g; Węglowodany ogółem: 323.28 g; W tym cukry: 68.89 g; Błonnik pok.: 22.13 g; Sól: 6.47 g;	Wartość energetyczna: 2107.43 kcal; Białko ogółem: 86.25 g; Tłuszcz: 59.04 g; Kw. tł. nasy.: 22.64 g; Węglowodany ogółem: 329.40 g; W tym cukry: 44.84 g; Błonnik pok.: 50.82 g; Sól: 9.50 g;	Wartość energetyczna: 2134.68 kcal; Białko ogółem: 84.35 g; Tłuszcz: 41.96 g; Kw. tł. nasy.: 18.56 g; Węglowodany ogółem: 367.67 g; W tym cukry: 68.39 g; Błonnik pok.: 23.82 g; Sól: 7.22 g;	Wartość energetyczna: 1457.33 kcal; Białko ogółem: 63.63 g; Tłuszcz: 33.04 g; Kw. tł. nasy.: 12.40 g; Węglowodany ogółem: 236.02 g; W tym cukry: 86.40 g; Błonnik pok.: 16.60 g; Sól: 4.37 g;	Wartość energetyczna: 1564.61 kcal; Białko ogółem: 62.68 g; Tłuszcz: 40.96 g; Kw. tł. nasy.: 17.04 g; Węglowodany ogółem: 246.94 g; W tym cukry: 83.69 g; Błonnik pok.: 18.28 g; Sól: 4.60 g;	Wartość energetyczna: 1798.51 kcal; Białko ogółem: 72.41 g; Tłuszcz: 46.20 g; Kw. tł. nasy.: 18.41 g; Węglowodany ogółem: 285.77 g; W tym cukry: 92.07 g; Błonnik pok.: 21.43 g; Sól: 5.42 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 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	
2025-03-16 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ</u> ,) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ</u> ,) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ</u> ,) Dżem 80 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</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> ,) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ</u> ,) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> ,) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> ,) Pomidor 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 15 g	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> ,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Salata zielona 20 g Cukier 15 g	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> ,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g
	II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> ,) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> ,) Ogórek kiszony 50 g		
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Bitka schabowa 80 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Sos własny () 80 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Bitka schabowa 80 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Sos własny () 80 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (<u>SEL</u> ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Mieso wieprzowe mielone w sosie wł 80 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Sos własny () 80 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (<u>SEL</u> ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym * b/mleka 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Bitka schabowa 80 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Sos własny () 80 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 60 g (<u>SEL</u> ,) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Bitka schabowa 80 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Sos własny () 80 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (<u>SEL</u> ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 200 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Bitka schabowa 60 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Sos własny () 80 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Ziemniaki gotowane 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Bitka schabowa 60 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Sos własny () 80 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Ziemniaki gotowane 120 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Bitka schabowa 80 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Sos własny () 80 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Ziemniaki gotowane 140 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD				Maślanka 150 ml (<u>MLE</u> ,) Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> ,)		Pomarańcza 150 g		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Ser żółty 50 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>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u> ,) Mus z jabłek prażonych 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u> ,) Mus z jabłek prażonych 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Serek homo. naturalny 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>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u> ,) Mus z jabłek prażonych 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> ,) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u> ,) Papryka świeża 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Ser żółty 40 g (<u>MLE</u> ,) Papryka świeża 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u> ,) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SO2</u> ,)		Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SO2</u> ,) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> ,) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> ,) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać</u> : <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ,) Salata zielona 10 g	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SO2</u> ,) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SO2</u> ,)			
	Wartość energetyczna: 2392.59 kcal; Białko ogółem: 97.18 g; Tłuszcz: 77.13 g; Kw. tł. nasy.: 33.24 g; Węglowodany ogółem: 342.05 g; W tym cukry: 63.45 g; Błonnik pok.: 30.27 g; Sól: 8.38 g;	Wartość energetyczna: 2475.42 kcal; Białko ogółem: 102.12 g; Tłuszcz: 65.58 g; Kw. tł. nasy.: 23.22 g; Węglowodany ogółem: 381.61 g; W tym cukry: 99.39 g; Błonnik pok.: 22.69 g; Sól: 7.06 g;	Wartość energetyczna: 2495.33 kcal; Białko ogółem: 97.83 g; Tłuszcz: 69.14 g; Kw. tł. nasy.: 24.40 g; Węglowodany ogółem: 381.95 g; W tym cukry: 100.05 g; Błonnik pok.: 20.44 g; Sól: 6.21 g;	Wartość energetyczna: 2276.94 kcal; Białko ogółem: 107.14 g; Tłuszcz: 67.32 g; Kw. tł. nasy.: 24.64 g; Węglowodany ogółem: 301.60 g; W tym cukry: 38.18 g; Błonnik pok.: 41.27 g; Sól: 8.87 g;	Wartość energetyczna: 2475.42 kcal; Białko ogółem: 102.12 g; Tłuszcz: 65.58 g; Kw. tł. nasy.: 23.22 g; Węglowodany ogółem: 381.61 g; W tym cukry: 99.39 g; Błonnik pok.: 22.69 g; Sól: 7.06 g;	Wartość energetyczna: 1850.64 kcal; Białko ogółem: 88.63 g; Tłuszcz: 64.72 g; Kw. tł. nasy.: 27.49 g; Węglowodany ogółem: 236.00 g; W tym cukry: 65.75 g; Błonnik pok.: 16.94 g; Sól: 5.64 g;	Wartość energetyczna: 1930.90 kcal; Białko ogółem: 88.51 g; Tłuszcz: 73.96 g; Kw. tł. nasy.: 33.53 g; Węglowodany ogółem: 236.41 g; W tym cukry: 62.15 g; Błonnik pok.: 18.20 g; Sól: 5.92 g;	Wartość energetyczna: 2165.88 kcal; Białko ogółem: 101.20 g; Tłuszcz: 80.92 g; Kw. tł. nasy.: 36.32 g; Węglowodany ogółem: 268.48 g; W tym cukry: 64.65 g; Błonnik pok.: 21.17 g; Sól: 7.02 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,