

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-01 do dnia 2026-01-10 KUCHNIA WARSZAWA WIM- BIS

		W-wa WB- WIM 1 Podstawowa	W-wa WB- WIM 2 Łatwo strawna	W-wa WB- WIM 6 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów	W-wa WB- WIM P1 Dzieci 3(.3 r.ż) Podstawowa
2026-01-01 czwartek	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Serek homogenizowany 120 g (<u>MLE,</u>) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Ogórek świeży 100 g Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Serek homogenizowany 120 g (<u>MLE,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Cykoria 40 g Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Serek homogenizowany 140 g (<u>MLE,</u>) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Serek homogenizowany 120 g (<u>MLE,</u>) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Ogórek świeży 100 g Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Salatka owocowa ze słonecznikiem 150 g
	Obiad	Grochowa z ziemniakami (1) 300 ml (<u>SEL,</u>) Schab ze śliwką suszoną 100 g Sos pieczeniowy(1) 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka żydowska z olejem (1) 100 g Marchewka z groszkiem oprószana 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Szarlotka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)	Ziemniaczana z majerankiem (2) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Schab duszony (2) 100 g Sos tymiankowy (2) 50 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew oprószana (2) 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Biskopki 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</u>)	Grochowa z ziemniakami (6) 300 ml (<u>SEL,</u>) Schab duszony (6) 100 g Sos tymiankowy (6) 50 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka żydowska z olejem (6) 100 g Bukiet warzyw gotowanych euro mix 100 g (<u>może zawierać: SEL,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami (1) 300 ml (<u>SEL,</u>) Schab ze śliwką suszoną 100 g Sos pieczeniowy(1) 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka żydowska z olejem (1) 100 g Marchewka z groszkiem oprószana 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Szarlotka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)
	PD			Hummus z ciecierzycy 50 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT,</u>)	Biskopki b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)
	Kolacja	Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (<u>SOJ,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Salatka jarzynowa (1) 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (<u>SOJ,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) buraczki z jabłkiem 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (<u>SOJ,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Salatka jarzynowa (6) 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (<u>SOJ,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Salatka jarzynowa (1) 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Galaretka wiśniowa 200 g	Galaretka brzoskwińska 200 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Galaretka wiśniowa 200 g
		Wartość energetyczna: 2744.28 kcal; Białko ogółem: 125.67 g; Tłuszcz: 85.64 g; Kw. tł. nasy.: 18.33 g; Węglowodany ogółem: 386.55 g; W tym cukry: 51.74 g; Błonnik pok.: 37.11 g; Sól: 7.32 g;	Wartość energetyczna: 2044.30 kcal; Białko ogółem: 109.13 g; Tłuszcz: 46.00 g; Kw. tł. nasy.: 10.36 g; Węglowodany ogółem: 323.96 g; W tym cukry: 72.60 g; Błonnik pok.: 26.78 g; Sól: 5.70 g;	Wartość energetyczna: 2342.76 kcal; Białko ogółem: 127.83 g; Tłuszcz: 62.88 g; Kw. tł. nasy.: 13.04 g; Węglowodany ogółem: 335.09 g; W tym cukry: 43.50 g; Błonnik pok.: 39.30 g; Sól: 6.69 g;	Wartość energetyczna: 3021.05 kcal; Białko ogółem: 131.00 g; Tłuszcz: 91.41 g; Kw. tł. nasy.: 18.93 g; Węglowodany ogółem: 438.47 g; W tym cukry: 71.82 g; Błonnik pok.: 39.29 g; Sól: 7.32 g;
		Sód: 2854,8mg	Sód: 2223 mg	Sód: 2609,1 mg	Sód: 2854,8 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-01 do dnia 2026-01-10 KUCHNIA WARSZAWA WIM- BIS

	W-wa WB- WIM 1 Podstawowa	W-wa WB- WIM 2 Łatwo strawna	W-wa WB- WIM 6 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów	W-wa WB- WIM P1 Dzieci 3(.3 r.ż) Podstawowa
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 70 g Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ,) Pomidor b/skórki 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT,) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 70 g Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
II ŚN			Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE,) Otręby pszenne 10 g (GLU PSZ,)	Ciastka owsiane 40 g (GLU PSZ, SEZ, GLU OW,)
Obiad	krem z czerwonych buraków (1)* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryba smażona (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Ziemniaki pieczone w ziołach 200 g Surówka z kapusty kiszzonej (1,6) 100 g Szpinak gotowany (1)* 100 g (MLE,) Kompot owocowy* b/c 250 ml	krem z czerwonych buraków (2)* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB,) Sos cytrynowy (2) 50 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki pieczone w ziołach 200 g Szpinak gotowany (2)* 200 g (MLE,) Kompot owocowy* b/c 250 ml	barszcz czerwony z ziemniakami (6)* 300 ml (SEL,) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB,) Sos cytrynowy (6) 50 ml (SEL,) Ziemniaki pieczone w ziołach 200 g Surówka z kapusty kiszzonej (1,6) 100 g Szpinak gotowany (6)* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	krem z czerwonych buraków (1)* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryba smażona (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Ziemniaki pieczone w ziołach 200 g Surówka z kapusty kiszzonej (1,6) 100 g Szpinak gotowany (1)* 100 g (MLE,) Kompot owocowy* b/c 250 ml
PD			Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową.wędzona,parzona 40 g (może zawierać: SOJ, SEL, GOR,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT,)	Sok jabłkowo-aroniowy 0,2L NFC -100% tłoczony 1 szt
Kolacja	Paszтет z soczewicy (1) 80 g (GLU PSZ, JAJ,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Paszтет warzywny (2) 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ,) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Paszтет z soczewicy (6) 80 g (GLU PSZ, JAJ,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT,) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kiełbasa szynkowa dębowa wieprzowa średno rozdrobniona wędzona,parzona,z dodatkiem wody w osłonce niejadalnej 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Kisiel z truskawkami z/c* 200 ml		Kisiel z truskawkami b/c* 200 ml	Kisiel z truskawkami z/c* 200 ml
	Wartość energetyczna: 2309.56 kcal; Białko ogółem: 103.51 g; Tłuszcz: 69.96 g; Kw. tł. nasy.: 12.69 g; Węglowodany ogółem: 331.60 g; W tym cukry: 50.89 g; Błonnik pok.: 34.93 g; Sól: 7.13 g;	Wartość energetyczna: 1881.83 kcal; Białko ogółem: 86.08 g; Tłuszcz: 49.70 g; Kw. tł. nasy.: 9.60 g; Węglowodany ogółem: 284.57 g; W tym cukry: 64.66 g; Błonnik pok.: 26.86 g; Sól: 4.94 g;	Wartość energetyczna: 2234.37 kcal; Białko ogółem: 105.68 g; Tłuszcz: 71.93 g; Kw. tł. nasy.: 13.38 g; Węglowodany ogółem: 308.96 g; W tym cukry: 36.29 g; Błonnik pok.: 40.17 g; Sól: 7.50 g;	Wartość energetyczna: 2371.37 kcal; Białko ogółem: 97.79 g; Tłuszcz: 66.95 g; Kw. tł. nasy.: 16.48 g; Węglowodany ogółem: 354.40 g; W tym cukry: 93.46 g; Błonnik pok.: 29.58 g; Sól: 9.33 g;
	Sód: 2780,7 mg	Sód: 1926,6 mg	Sód: 2925 mg	Sód: 3638,7 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-01 do dnia 2026-01-10 KUCHNIA WARSZAWA WIM- BIS

W-wa WB- WIM 1 Podstawowa		W-wa WB- WIM 2 Łatwo strawna	W-wa WB- WIM 6 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów	W-wa WB- WIM P1 Dzieci 3(.3 r.ż) Podstawowa
2026-01-03 sobota	Śniadanie	płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Jajko gotowane 2 szt (<u>JAJ.</u>) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Ogórek kiszony 100 g Majonez 10 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Jajko gotowane 2 szt (<u>JAJ.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Ogórek kiszony 100 g Chrzan z jogurtem 20 g (<u>MLE, SO2.</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Jajko gotowane 2 szt (<u>JAJ.</u>) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Ogórek kiszony 100 g Majonez 10 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN		Kiwi 1 szt 1 szt	
	Obiad	kalafiorowa z ziemniakami (1) 300 ml (<u>SEL.</u>) Kotlet schabowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z marchwi i selera z olejem (1,6) 100 g (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zacierkowa (2) 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos bazylkowy (2) 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	kalafiorowa z ziemniakami (1) 300 ml (<u>SEL.</u>) Kotlet schabowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z marchwi i selera z olejem (1,6) 100 g (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Ser żółty 35 g (<u>MLE.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Szpinak baby 10 g	Serek homogenizowany o smaku waniliowym Danio 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Twarożek ze szczypiorkiem 100 g (<u>MLE.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Papryka świeża 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szpinak baby 20 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Twarożek ze szczypiorkiem 140 g (<u>MLE.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Papryka świeża 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 120g 1 szt		Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 120g 1 szt
Wartość energetyczna: 2280.19 kcal; Białko ogółem: 110.66 g; Tłuszcz: 76.15 g; Kw. tł. nasy.: 18.51 g; Węglowodany ogółem: 301.41 g; W tym cukry: 58.98 g; Błonnik pok.: 29.29 g; Sól: 6.88 g;		Wartość energetyczna: 2000.11 kcal; Białko ogółem: 100.71 g; Tłuszcz: 45.70 g; Kw. tł. nasy.: 14.82 g; Węglowodany ogółem: 307.87 g; W tym cukry: 73.00 g; Błonnik pok.: 24.57 g; Sól: 4.71 g;		Wartość energetyczna: 2186.77 kcal; Białko ogółem: 113.13 g; Tłuszcz: 69.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.81 g; Węglowodany ogółem: 291.15 g; W tym cukry: 44.82 g; Błonnik pok.: 30.01 g; Sól: 7.03 g;
Sód: 2683,2 mg		Sód: 1836,9 mg		Sód: 2741,7 mg
				Sód: 2687,1 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-01 do dnia 2026-01-10 KUCHNIA WARSZAWA WIM- BIS

		W-wa WB- WIM 1 Podstawowa	W-wa WB- WIM 2 Łatwo strawna	W-wa WB- WIM 6 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów	W-wa WB- WIM P1 Dzieci 3(.3 r.ż) Podstawowa
2026-01-04 niedziela	Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 70 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Płatki ryżowe na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 70 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Cykorja 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 70 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Płatki ryżowe na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Gruszka 150 g	Biskvity 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</u>)
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami* (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Bitka z piersi kurczaka z duszoną cebulą (1,6) 120 g (<u>GOR,</u>) Kasza gryczana 200 g Surówka Colesław (1) 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR,</u>) Cukinia pieczona z ziołami* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Sernik 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE,</u>)	Brokułowa z ziemniakami* (2) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Bitka z kurczaka duszona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos z natki pietruszki (2) 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Cukinia pieczona z ziołami* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Ciasto drożdżowe 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Brokułowa z ziemniakami* (6) 300 ml (<u>SEL,</u>) Bitka z piersi kurczaka z duszoną cebulą (1,6) 120 g (<u>GOR,</u>) Kasza gryczana 200 g Surówka Colesław (6) 100 g (<u>MLE,</u>) zielona fasolka szparagowa * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Bitka z piersi kurczaka z duszoną cebulą (1,6) 120 g (<u>GOR,</u>) Kasza gryczana 200 g Surówka Colesław (1) 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR,</u>) Cukinia pieczona z ziołami* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Sernik 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE,</u>)
	PD			Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 35 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT,</u>)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 120g 1 szt
	Kolacja	Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 70 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 70 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Sałatka z pomidorów b/skóry i bazylii 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 70 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 70 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE,</u>)			
		Wartość energetyczna: 2413.64 kcal; Białko ogółem: 128.66 g; Tłuszcz: 72.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.28 g; Węglowodany ogółem: 321.61 g; W tym cukry: 46.36 g; Błonnik pok.: 24.82 g; Sól: 8.15 g;	Wartość energetyczna: 2524.94 kcal; Białko ogółem: 119.16 g; Tłuszcz: 64.63 g; Kw. tł. nasy.: 16.19 g; Węglowodany ogółem: 314.02 g; W tym cukry: 44.47 g; Błonnik pok.: 21.41 g; Sól: 7.28 g;	Wartość energetyczna: 2121.42 kcal; Białko ogółem: 115.58 g; Tłuszcz: 59.94 g; Kw. tł. nasy.: 13.26 g; Węglowodany ogółem: 293.46 g; W tym cukry: 48.24 g; Błonnik pok.: 31.58 g; Sól: 7.27 g;	Wartość energetyczna: 2542.57 kcal; Białko ogółem: 132.12 g; Tłuszcz: 71.68 g; Kw. tł. nasy.: 17.60 g; Węglowodany ogółem: 358.14 g; W tym cukry: 69.28 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sól: 8.65 g;

Sód: 3178,5 mg

Sód: 2839,2 mg

Sód: 2835,3 mg

Sód: 3373,5 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-01 do dnia 2026-01-10 KUCHNIA WARSZAWA WIM- BIS

	W-wa WB- WIM 1 Podstawowa	W-wa WB- WIM 2 Łatwo strawna	W-wa WB- WIM 6 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów	W-wa WB- WIM P1 Dzieci 3(.3 r.ż) Podstawowa
2026-01-05 poniedziałek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony,parzony,zapiekany z dod.biał.mleka w osłonce niejadalnej. 70 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL,</u>) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony,parzony,zapiekany z dod.biał.mleka w osłonce niejadalnej. 70 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony,parzony,zapiekany z dod.biał.mleka w osłonce niejadalnej. 70 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL,</u>) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN		Hummus z ciecierzycy 50 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT,</u>)	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)
	Obiad	Solferino (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Naleśniki z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Mus z truskawek 150 g Surówka z marchwi i jabłka (1,2,6) 200 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Solferino (2) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pierogi z serem* 350 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Sos jogurtowy naturalny z twarogiem 100 g (<u>MLE,</u>) Surówka z marchwi i jabłka (1,2,6) 200 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Solferino (6) 300 ml (<u>SEL,</u>) Naleśniki z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Mus z truskawek 150 g Surówka z marchwi i jabłka (1,2,6) 200 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Jabłko 150 g	
	Kolacja	Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa,homogenizowana,wędzona,parzona 120 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Ketchup 20 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa,homogenizowana,wędzona,parzona 120 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 110 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Musztarda 20 g (<u>GOR,</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa,homogenizowana,wędzona,parzona 120 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Ketchup 20 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok jabłkowo-gruszkowy 0,195L-100% tłoczony 1 szt	Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową,wędzona,parzona 35 g (<u>może zawierać: SOJ, SEL, GOR,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT,</u>)	Sok jabłkowo-gruszkowy 0,195L-100% tłoczony 1 szt
		Wartość energetyczna: 2434.48 kcal; Białko ogółem: 86.03 g; Tłuszcz: 107.56 g; Kw. tł. nasy.: 29.05 g; Węglowodany ogółem: 291.26 g; W tym cukry: 88.26 g; Błonnik pok.: 27.33 g; Sól: 10.19 g;	Wartość energetyczna: 2731.81 kcal; Białko ogółem: 112.82 g; Tłuszcz: 89.68 g; Kw. tł. nasy.: 28.04 g; Węglowodany ogółem: 373.37 g; W tym cukry: 86.31 g; Błonnik pok.: 27.23 g; Sól: 8.64 g;	Wartość energetyczna: 2524.63 kcal; Białko ogółem: 93.27 g; Tłuszcz: 119.91 g; Kw. tł. nasy.: 28.21 g; Węglowodany ogółem: 282.76 g; W tym cukry: 59.14 g; Błonnik pok.: 34.84 g; Sól: 10.57 g;

Sód: 3974,1 mg

Sód: 3369,6 mg

Sód: 4122,3 mg

Sód: 4036,5 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-01 do dnia 2026-01-10 KUCHNIA WARSZAWA WIM- BIS

	W-wa WB- WIM 1 Podstawowa	W-wa WB- WIM 2 Łatwo strawna	W-wa WB- WIM 6 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów	W-wa WB- WIM P1 Dzieci 3(.3 r.ż) Podstawowa
Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Papryka świeża 100 g Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Miód (25g) 1 szt Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Serek homo. naturalny 140 g (<u>MLE,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Papryka świeża 100 g Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
II ŚN			Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 35 g (<u>SOJ,</u>) margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT,</u>)	Banan 1szt. 1 szt
Obiad	Rosół z makaronem (1,2)* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Udko z kurczaka pieczone z/k z/s 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka wielowarzywna z olejem (1,6) 100 g (<u>SEL,</u>) Brokuł z sezamem i z olejem* 100 g (<u>SEZ,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Ciasto marchewkowe-wyrób z ciasta biszkoptowo tłuszczowego 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, S02,</u>)	Rosół z makaronem (1,2)* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Udko z kurczaka gotowane z/k z/s 120 g Sos bazyliowy (2) 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Ciasto drożdżowe 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Rosół z makaronem (6) pełnoziarnisty* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Udko z kurczaka gotowane z/k z/s 120 g Sos bazyliowy (6) 50 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka wielowarzywna z olejem (1,6) 100 g (<u>SEL,</u>) Brokuł z sezamem i z olejem* 100 g (<u>SEZ,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem (1,2)* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Udko z kurczaka pieczone z/k z/s 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka wielowarzywna z olejem (1,6) 100 g (<u>SEL,</u>) Brokuł z sezamem i z olejem* 100 g (<u>SEZ,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Ciasto marchewkowe-wyrób z ciasta biszkoptowo tłuszczowego 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, S02,</u>)
PD			Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 35 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT,</u>)	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt
Kolacja	Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Cykorja 40 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
PN	Koktajl truskawkowy b/c 200 ml (<u>MLE,</u>)			
	Wartość energetyczna: 2653.39 kcal; Białko ogółem: 131.93 g; Tłuszcz: 84.00 g; Kw. tł. nasy.: 21.61 g; Węglowodany ogółem: 356.19 g; W tym cukry: 64.40 g; Błonnik pok.: 26.98 g; Sól: 6.00 g;	Wartość energetyczna: 2772.53 kcal; Białko ogółem: 135.46 g; Tłuszcz: 69.21 g; Kw. tł. nasy.: 20.51 g; Węglowodany ogółem: 350.46 g; W tym cukry: 54.16 g; Błonnik pok.: 21.74 g; Sól: 4.82 g;	Wartość energetyczna: 2380.96 kcal; Białko ogółem: 135.68 g; Tłuszcz: 78.67 g; Kw. tł. nasy.: 17.74 g; Węglowodany ogółem: 294.45 g; W tym cukry: 37.78 g; Błonnik pok.: 30.83 g; Sól: 6.72 g;	Wartość energetyczna: 2976.39 kcal; Białko ogółem: 135.13 g; Tłuszcz: 85.20 g; Kw. tł. nasy.: 21.91 g; Węglowodany ogółem: 431.09 g; W tym cukry: 130.10 g; Błonnik pok.: 33.68 g; Sól: 6.16 g;
	Sód: 2340 mg	Sód: 1879,8 mg	Sód: 2620,8 mg	Sód: 2402,4 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-01 do dnia 2026-01-10 KUCHNIA WARSZAWA WIM- BIS

		W-wa WB- WIM 1 Podstawowa	W-wa WB- WIM 2 Łatwo strawna	W-wa WB- WIM 6 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów	W-wa WB- WIM P1 Dzieci 3(.3 r.ż) Podstawowa
2026-01-07 środa	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Jajko gotowane 2 szt (<u>JAJ.</u>) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Ogórek kiszony 100 g Majonez 10 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Jajko gotowane 2 szt (<u>JAJ.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Ogórek kiszony 100 g Chrzan z jogurtem 20 g (<u>MLE, S02.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Jajko gotowane 2 szt (<u>JAJ.</u>) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Ogórek kiszony 100 g Majonez 10 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Kiwi 1 szt 1 szt	
	Obiad	kalafiorowa z ziemniakami (1) 300 ml (<u>SEL.</u>) Kotlet mielony wieprzowy (1) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty czerwonej (1) 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zacierkowa (2) 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos bazyliowy (2) 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	kalafiorowa z ziemniakami (6) 300 ml (<u>SEL.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos bazyliowy (6) 50 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty czerwonej (6) 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	kalafiorowa z ziemniakami (1) 300 ml (<u>SEL.</u>) Kotlet mielony wieprzowy (1) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty czerwonej (1) 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Ser żółty 35 g (<u>MLE.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>)	Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek b/c 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek b/c 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Ryż brązowy z warzywami i pieczarką (6) 350 g (<u>S02.</u>) Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek b/c 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2391.49 kcal; Białko ogółem: 86.44 g; Tłuszcz: 84.56 g; Kw. tł. nasy.: 17.21 g; Węglowodany ogółem: 334.21 g; W tym cukry: 62.35 g; Błonnik pok.: 28.29 g; Sól: 5.33 g;	Wartość energetyczna: 2129.23 kcal; Białko ogółem: 91.19 g; Tłuszcz: 41.84 g; Kw. tł. nasy.: 12.13 g; Węglowodany ogółem: 359.96 g; W tym cukry: 78.33 g; Błonnik pok.: 28.18 g; Sól: 3.84 g;	Wartość energetyczna: 2202.20 kcal; Białko ogółem: 95.91 g; Tłuszcz: 74.93 g; Kw. tł. nasy.: 22.92 g; Węglowodany ogółem: 300.23 g; W tym cukry: 30.98 g; Błonnik pok.: 38.10 g; Sól: 5.39 g;	Wartość energetyczna: 2579.69 kcal; Białko ogółem: 91.58 g; Tłuszcz: 88.86 g; Kw. tł. nasy.: 19.74 g; Węglowodany ogółem: 367.27 g; W tym cukry: 95.39 g; Błonnik pok.: 30.92 g; Sól: 5.49 g;
		Sód: 2078,7 mg	Sód: 1497,6 mg	Sód: 2102,1 mg	Sód: 2141,1 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-01 do dnia 2026-01-10 KUCHNIA WARSZAWA WIM- BIS

		W-wa WB- WIM 1 Podstawowa	W-wa WB- WIM 2 Łatwo strawna	W-wa WB- WIM 6 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów	W-wa WB- WIM P1 Dzieci 3(.3 r.ż) Podstawowa
2026-01-08 czwartek	Śniadanie	kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE,) Pasta z ciecierzycy 100 g Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (może zawierać: MLE, GOR,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ,) Pomidor b/skórki 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Pasta z ciecierzycy 100 g Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT,) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	kasza jaglana na mleku 250 ml (MLE,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (może zawierać: MLE, GOR,) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g
	II ŚN			Śliwka 150 g	
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * (1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, S02,) mięso z łopatki wieprzowej z sosem bolońskim (1) 150 g (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron Spaghetti razowy 200 g (GLU PSZ,) Sałatka szwedzka z olejem (1,6) 200 g (GOR,) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grycikowa z ziemniakami*(2) 300 ml (GLU PSZ, SEL,) mięso z łopatki wieprzowej z sosem bolońskim (2) 150 g (GLU PSZ, SEL,) Makaron Spaghetti 200 g (GLU PSZ,) Cukinia pieczona z koncentratem* 200 g (może zawierać: SEL,) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * (6) 300 ml (SEL, S02,) mięso z łopatki wieprzowej z sosem bolońskim (6) 150 g (MLE, SEL,) Makaron Spaghetti razowy 200 g (GLU PSZ,) Sałatka szwedzka z olejem (1,6) 100 g (GOR,) Cukinia pieczona z koncentratem* 100 g (może zawierać: SEL,) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * (1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, S02,) mięso z łopatki wieprzowej z sosem bolońskim (1) 150 g (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron Spaghetti razowy 200 g (GLU PSZ,) Sałatka szwedzka z olejem (1,6) 200 g (GOR,) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Maślanka 150 ml (MLE,) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Jabłko pieczone z miodem 1 szt
	Kolacja	Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (SOJ,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (SOJ,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ,) buraczki z jabłkiem 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (SOJ,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT,) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (SOJ,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Budyń o smaku waniliowym z/c 250 ml (MLE,)		Budyń o smaku waniliowym b/c 250 ml (MLE,)	Budyń o smaku waniliowym z/c 250 ml (MLE,)
		Wartość energetyczna: 2409.35 kcal; Białko ogółem: 114.35 g; Tłuszcz: 80.31 g; Kw. tł. nasy.: 20.27 g; Węglowodany ogółem: 315.11 g; W tym cukry: 57.28 g; Błonnik pok.: 24.79 g; Sól: 10.51 g;	Wartość energetyczna: 2255.64 kcal; Białko ogółem: 120.06 g; Tłuszcz: 64.63 g; Kw. tł. nasy.: 16.51 g; Węglowodany ogółem: 308.88 g; W tym cukry: 66.28 g; Błonnik pok.: 16.83 g; Sól: 6.52 g;	Wartość energetyczna: 2403.04 kcal; Białko ogółem: 113.30 g; Tłuszcz: 74.36 g; Kw. tł. nasy.: 17.81 g; Węglowodany ogółem: 328.61 g; W tym cukry: 60.09 g; Błonnik pok.: 29.03 g; Sól: 9.11 g;	Wartość energetyczna: 2524.97 kcal; Białko ogółem: 119.29 g; Tłuszcz: 77.35 g; Kw. tł. nasy.: 19.52 g; Węglowodany ogółem: 349.86 g; W tym cukry: 83.22 g; Błonnik pok.: 25.89 g; Sól: 11.93 g;

Sód: 4098,9 mg

Sód: 2542,8 mg

Sód: 3552,9 mg

Sód: 4652,7 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-01 do dnia 2026-01-10 KUCHNIA WARSZAWA WIM- BIS

		W-wa WB- WIM 1 Podstawowa	W-wa WB- WIM 2 Łatwo strawna	W-wa WB- WIM 6 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów	W-wa WB- WIM P1 Dzieci 3(.3 r.ż) Podstawowa
2026-01-09 piątek	Śniadanie	Makaron drobny (orzo) na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (może zawierać: MLE, GOR.) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Pomidor 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Makaron drobny (orzo) na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (może zawierać: MLE, GOR.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Cykoria 40 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (może zawierać: MLE, GOR.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT.) Pomidor 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Makaron drobny (orzo) na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (może zawierać: MLE, GOR.) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Pomidor 100 g Roszponka 10 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.)
	II ŚN			Gruszka 150 g	Salatka owocowa ze słonecznikiem 200 g
	Obiad	Barszcz biały z jajkiem (1) 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kotlet z ryby (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (1,6) 100 g Warzywa po grecku 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * (2) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet rybny (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos cytrynowy (2) 50 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Warzywa po grecku 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * (6) 300 ml (SEL.) Pulpet rybny (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos cytrynowy (6) 50 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (1,6) 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz biały z jajkiem (1) 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kotlet z ryby (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (1,6) 100 g Warzywa po grecku 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 35 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.)	Banan 1szt. 1 szt
	Kolacja	Pasta z twarogu i rzodkiewki 120 g (MLE.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Pasta z twarogu waniliowa 100 g (MLE.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Pasta z twarogu i rzodkiewki 140 g (MLE.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT.) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Pasta z twarogu i rzodkiewki 120 g (MLE.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml		Kisiel z czarnej porzeczki b/c* 200 ml	Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml
		Wartość energetyczna: 2034.95 kcal; Białko ogółem: 96.88 g; Tłuszcz: 60.14 g; Kw. tł. nasy.: 13.53 g; Węglowodany ogółem: 289.88 g; W tym cukry: 57.00 g; Błonnik pok.: 31.88 g; Sól: 6.71 g;	Wartość energetyczna: 1930.81 kcal; Białko ogółem: 92.75 g; Tłuszcz: 49.84 g; Kw. tł. nasy.: 10.80 g; Węglowodany ogółem: 291.30 g; W tym cukry: 75.35 g; Błonnik pok.: 30.69 g; Sól: 5.45 g;	Wartość energetyczna: 2023.33 kcal; Białko ogółem: 99.64 g; Tłuszcz: 52.76 g; Kw. tł. nasy.: 10.21 g; Węglowodany ogółem: 301.64 g; W tym cukry: 44.30 g; Błonnik pok.: 35.54 g; Sól: 7.55 g;	Wartość energetyczna: 2580.90 kcal; Białko ogółem: 109.63 g; Tłuszcz: 69.66 g; Kw. tł. nasy.: 17.26 g; Węglowodany ogółem: 394.65 g; W tym cukry: 140.21 g; Błonnik pok.: 38.37 g; Sól: 7.38 g;
		Sód: 2616,9 mg	Sód: 2125,5 mg	Sód: 2944,5 mg	Sód: 2878,2 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-01 do dnia 2026-01-10 KUCHNIA WARSZAWA WIM- BIS

		W-wa WB- WIM 1 Podstawowa	W-wa WB- WIM 2 Łatwo strawna	W-wa WB- WIM 6 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów	W-wa WB- WIM P1 Dzieci 3(.3 r.ż) Podstawowa
2026-01-10 sobota	Śniadanie	ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u> ,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (<u>SOJ</u> ,) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u> ,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (<u>SOJ</u> ,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Pomidor b/skórki 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (<u>SOJ</u> ,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT</u> ,) Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u> ,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (<u>SOJ</u> ,) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Mandarynka 150 g	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,)
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,) Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u> ,) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z pora, jabłka i marchewki (1) 100 g (<u>MLE</u> ,) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (2) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos majerankowy (2) 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,) Ziemniaki gotowane 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (6) 300 ml (<u>SEL</u> ,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos majerankowy (6) 50 ml (<u>SEL</u> ,) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z pora, jabłka i marchewki (6) 100 g (<u>MLE</u> ,) Kalafior gotowany * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,) Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u> ,) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z pora, jabłka i marchewki (1) 100 g (<u>MLE</u> ,) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 35 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02</u> ,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT</u> ,)	Biskvity 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ</u> ,)
	Kolacja	Paszтет z ciecierzycy (1,6) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u> ,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Paszтет wegetariański (2) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ</u> ,) buraczki z jabłkiem 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Paszтет z ciecierzycy (1,6) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u> ,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT</u> ,) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 70 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02</u> ,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g (<u>MLE</u> ,)		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g (<u>MLE</u> ,)
		Wartość energetyczna: 2177.33 kcal; Białko ogółem: 98.88 g; Tłuszcz: 59.14 g; Kw. tł. nasy.: 12.32 g; Węglowodany ogółem: 325.20 g; W tym cukry: 53.10 g; Błonnik pok.: 37.55 g; Sól: 8.20 g;	Wartość energetyczna: 1900.40 kcal; Białko ogółem: 93.70 g; Tłuszcz: 50.96 g; Kw. tł. nasy.: 11.70 g; Węglowodany ogółem: 280.83 g; W tym cukry: 61.90 g; Błonnik pok.: 27.16 g; Sól: 5.05 g;	Wartość energetyczna: 1958.29 kcal; Białko ogółem: 95.50 g; Tłuszcz: 48.06 g; Kw. tł. nasy.: 9.17 g; Węglowodany ogółem: 302.62 g; W tym cukry: 41.42 g; Błonnik pok.: 40.60 g; Sól: 10.54 g;	Wartość energetyczna: 2221.71 kcal; Białko ogółem: 108.60 g; Tłuszcz: 56.33 g; Kw. tł. nasy.: 14.96 g; Węglowodany ogółem: 341.85 g; W tym cukry: 82.29 g; Błonnik pok.: 30.90 g; Sól: 10.29 g;
		Sód: 3198 mg	Sód: 1969,5 mg	Sód: 4110,6 mg	Sód: 4013,1 mg

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,