

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-11 do dnia 2026-08-20 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
2026-08-11 wtorek	Śniadanie	kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Pasta z ciecierzycy 100 g 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>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	kasza jaglana 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>) Jabłko pieczone 150 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 (<u>GLU ŻYT,</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	kasza jaglana na mleku 250 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>) Pomidor 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 (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02,</u>) mięso z łopatki wieprzowej z sosem bolońskim (1) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron Spaghetti razowy 200 g Surówka wielowarzywna z olejem (1,6) 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grycikowa z ziemniakami*(2) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) mięso z łopatki wieprzowej z sosem bolońskim (2) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Makaron Spaghetti 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * (6) 300 ml (<u>SEL, S02,</u>) mięso z łopatki wieprzowej z sosem bolońskim (6) 150 g (<u>MLE, SEL,</u>) Makaron Spaghetti razowy 200 g Surówka wielowarzywna z olejem (1,6) 100 g (<u>SEL,</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02,</u>) mięso z łopatki wieprzowej z sosem bolońskim (1) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron Spaghetti razowy 200 g Surówka wielowarzywna z olejem (1,6) 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Płatki owsiane 10 g (<u>GLU OW,</u>)			Jabłko pieczone z miodem 1 szt
	Kolacja	Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 45 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,</u>) Sałatka z ryżu i tuńczyka (1) 150 g (<u>JAJ, RYB, GOR,</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>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 45 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,</u>) Sałatka z ryżu i tuńczyka (2) 150 g (<u>RYB, MLE,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 45 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,</u>) Sałatka z ryżu brązowego i tuńczyka (6) 150 g (<u>RYB, MLE,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 45 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,</u>) Sałatka z ryżu i tuńczyka (1) 150 g (<u>JAJ, RYB, GOR,</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>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 120g 1 szt			Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 120g 1 szt
		Wartość energetyczna: 2464.05 kcal; Białko ogółem: 110.69 g; Tłuszcz: 94.61 g; Kw. tł. nasy.: 19.83 g; Węglowodany ogółem: 303.98 g; W tym cukry: 49.77 g; Błonnik pok.: 27.19 g; Sól: 7.37 g; Sód: 2874,3 mg	Wartość energetyczna: 2275.88 kcal; Białko ogółem: 122.92 g; Tłuszcz: 60.89 g; Kw. tł. nasy.: 15.25 g; Węglowodany ogółem: 323.97 g; W tym cukry: 57.51 g; Błonnik pok.: 23.31 g; Sól: 6.43 g; Sód: 2507,7 mg	Wartość energetyczna: 2154.52 kcal; Białko ogółem: 103.51 g; Tłuszcz: 75.50 g; Kw. tł. nasy.: 18.29 g; Węglowodany ogółem: 270.91 g; W tym cukry: 41.09 g; Błonnik pok.: 30.03 g; Sól: 9.64 g; Sód: 3759,6 mg	Wartość energetyczna: 2552.64 kcal; Białko ogółem: 116.48 g; Tłuszcz: 89.12 g; Kw. tł. nasy.: 19.08 g; Węglowodany ogółem: 339.16 g; W tym cukry: 76.07 g; Błonnik pok.: 28.28 g; Sól: 9.24 g; Sód: 3603,6 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-11 do dnia 2026-08-20 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
2026-08-12 środa	Śniadanie	płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Jajko gotowane kl M 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>) Papryka świeża 100 g Majonez 10 g (<u>JAJ, GOR,</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Szynka na kartki- wieprzowa,wędzona,parzona 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Cykoria 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Papryka świeża 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	płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Jajko gotowane kl M 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>) Papryka świeża 100 g Majonez 10 g (<u>JAJ, GOR,</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Brzoskwinia 150 g	
	Obiad	Jarzynowa z kaszą kukurydzianą (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Schab pieczony szarpany 100 g Sos pieczeniowy 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Kasza gryczana 200 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki (1) 100 g (<u>MLE,</u>) Kapusta młoda zasmażana (1) 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z kaszą kukurydzianą (2) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Schab pieczony szarpany 100 g Sos pieczeniowy 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Marchew oprószana (2) 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami (6) 300 ml (<u>SEL,</u>) Schab pieczony szarpany 100 g Sos pieczeniowy (6) 50 ml (<u>SEL,</u>) Kasza gryczana 200 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki (6) 100 g (<u>MLE,</u>) Kapusta młoda zasmażana (6) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z kaszą kukurydzianą (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Schab pieczony szarpany 100 g Sos pieczeniowy 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Kasza gryczana 200 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki (1) 100 g (<u>MLE,</u>) Kapusta młoda zasmażana (1) 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Pasta z soczewicy czerwonej 100 g Słupki z marchewki 100 g	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)
	Kolacja	Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową,wędzona,parzona 70 g (<u>może zawierać: SOJ, SEL, GOR,</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>) Ogórek konserwowy 100 g (<u>GOR,</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową,wędzona,parzona 70 g (<u>może zawierać: SOJ, SEL, GOR,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sałata zielona z pomidorem b/skóry i olejem 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową,wędzona,parzona 70 g (<u>może zawierać: SOJ, 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	Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową,wędzona,parzona 70 g (<u>może zawierać: SOJ, SEL, GOR,</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>) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Koktajl truskawkowy z/c 200 ml (<u>MLE,</u>)		Koktajl truskawkowy b/c 200 ml (<u>MLE,</u>)	Koktajl truskawkowy z/c 200 ml (<u>MLE,</u>)
		Wartość energetyczna: 2317.24 kcal; Białko ogółem: 116.36 g; Tłuszcz: 75.41 g; Kw. tł. nasy.: 21.78 g; Węglowodany ogółem: 314.27 g; W tym cukry: 60.11 g; Błonnik pok.: 29.15 g; Sól: 7.47 g; Sód: 2913,3 mg	Wartość energetyczna: 2112.16 kcal; Białko ogółem: 110.11 g; Tłuszcz: 65.94 g; Kw. tł. nasy.: 17.61 g; Węglowodany ogółem: 285.65 g; W tym cukry: 58.35 g; Błonnik pok.: 26.11 g; Sól: 6.69 g; Sód: 2609,1 mg	Wartość energetyczna: 2237.63 kcal; Białko ogółem: 115.38 g; Tłuszcz: 71.10 g; Kw. tł. nasy.: 18.94 g; Węglowodany ogółem: 303.40 g; W tym cukry: 54.91 g; Błonnik pok.: 39.21 g; Sól: 7.52 g; Sód: 2932,8 mg	Wartość energetyczna: 2503.64 kcal; Białko ogółem: 122.62 g; Tłuszcz: 79.45 g; Kw. tł. nasy.: 24.24 g; Węglowodany ogółem: 346.84 g; W tym cukry: 91.39 g; Błonnik pok.: 32.63 g; Sól: 6.68 g; Sód: 2605,2 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-11 do dnia 2026-08-20 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
2026-08-13 czwartek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 70 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,</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>) Rzodkiewka 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 70 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,</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	Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 70 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Rzodkiewka 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 70 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,</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>) Rzodkiewka 100 g Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 35 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, SO2,</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 młode 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem (1,6) 100 g (<u>SEL,</u>) Cukinia pieczona z koncentratem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	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 młode 200 g Cukinia pieczona z koncentratem* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	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 młode 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem (1,6) 100 g (<u>SEL,</u>) Cukinia pieczona z koncentratem* 100 g 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 młode 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem (1,6) 100 g (<u>SEL,</u>) Cukinia pieczona z koncentratem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Jabłko 150 g	Galaretka malinowa 150 g
	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>SO2,</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	Ciasto drożdżowe z/c 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)		Maślanka 150 ml (<u>MLE,</u>) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Ciasto drożdżowe z/c 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)
		Wartość energetyczna: 2460.88 kcal; Białko ogółem: 106.91 g; Tłuszcz: 69.78 g; Kw. tł. nasy.: 19.31 g; Węglowodany ogółem: 327.98 g; W tym cukry: 55.53 g; Błonnik pok.: 30.41 g; Sól: 5.58 g; Sód: 2176,2 mg	Wartość energetyczna: 2444.53 kcal; Białko ogółem: 110.28 g; Tłuszcz: 70.46 g; Kw. tł. nasy.: 18.62 g; Węglowodany ogółem: 313.02 g; W tym cukry: 58.89 g; Błonnik pok.: 23.32 g; Sól: 4.43 g; Sód: 1727,7 mg	Wartość energetyczna: 2354.90 kcal; Białko ogółem: 110.64 g; Tłuszcz: 82.56 g; Kw. tł. nasy.: 19.24 g; Węglowodany ogółem: 304.15 g; W tym cukry: 43.54 g; Błonnik pok.: 39.17 g; Sól: 6.91 g; Sód: 2694,9 mg	Wartość energetyczna: 2717.52 kcal; Białko ogółem: 110.63 g; Tłuszcz: 70.43 g; Kw. tł. nasy.: 19.55 g; Węglowodany ogółem: 389.09 g; W tym cukry: 94.58 g; Błonnik pok.: 35.10 g; Sól: 5.59 g; Sód: 2180,1 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-11 do dnia 2026-08-20 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
2026-08-14 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</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 świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Cykoria 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (<u>może zawierać: MLE, 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	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</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 świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT,</u>)	Śliwka 150 g
	Obiad	Grochowa z ziemniakami z kielbasą(1) 300 ml (<u>SOJ, SEL, GOR,</u>) Ryba smażona (miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, RYB,</u>) Ziemniaki młode gotowane z koperkiem 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (1,6) 100 g Warzywa po grecku (1,2)* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(2) 300 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy (2) 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane z koperkiem 200 g Warzywa po grecku (1,2)* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami z kielbasą * (6) 300 ml (<u>SOJ, SEL, GOR,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy (6) 50 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane z koperkiem 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (1,6) 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami z kielbasą(1) 300 ml (<u>SOJ, SEL, GOR,</u>) Ryba smażona (miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, RYB,</u>) Ziemniaki młode gotowane z koperkiem 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (1,6) 100 g Warzywa po grecku (1,2)* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)
	Kolacja	Paszтет z soczewicy () 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>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Paszтет warzywny (2) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) 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	Paszтет z soczewicy () 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</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	Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 70 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>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Arbuz 200 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Płatki owsiane 10 g (<u>GLU OW,</u>)	Arbuz 200 g
		Wartość energetyczna: 2329.32 kcal; Białko ogółem: 108.57 g; Tłuszcz: 59.61 g; Kw. tł. nasy.: 11.11 g; Węglowodany ogółem: 357.15 g; W tym cukry: 66.09 g; Błonnik pok.: 36.44 g; Sól: 7.00 g; Sód: 2730 mg	Wartość energetyczna: 1828.70 kcal; Białko ogółem: 84.70 g; Tłuszcz: 41.17 g; Kw. tł. nasy.: 8.10 g; Węglowodany ogółem: 289.46 g; W tym cukry: 53.81 g; Błonnik pok.: 29.71 g; Sól: 4.75 g; Sód: 1852,5 mg	Wartość energetyczna: 2227.24 kcal; Białko ogółem: 106.42 g; Tłuszcz: 71.26 g; Kw. tł. nasy.: 13.06 g; Węglowodany ogółem: 297.82 g; W tym cukry: 24.45 g; Błonnik pok.: 32.41 g; Sól: 10.64 g; Sód: 4149,6 mg	Wartość energetyczna: 2240.05 kcal; Białko ogółem: 108.42 g; Tłuszcz: 50.31 g; Kw. tł. nasy.: 10.54 g; Węglowodany ogółem: 354.41 g; W tym cukry: 87.90 g; Błonnik pok.: 33.22 g; Sól: 8.80 g; Sód: 3432 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-11 do dnia 2026-08-20 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
2026-08-15 sobota	Śniadanie	płatki ryżowe na mleku 300 ml (<u>MLE,</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>) Rzodkiew biała 100 g Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	płatki ryżowe na mleku 300 ml (<u>MLE,</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>) Mus z truskawek* 150 g Dżem 25 g 1 szt Salata 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>) Rzodkiew biała 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	płatki ryżowe na mleku 300 ml (<u>MLE,</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>) Rzodkiew biała 100 g Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			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
	Obiad	Kalafiorowa z ziemniakami (1)* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Bitka z piersi kurczaka duszona z cebulą (1) 120 g (<u>GOR,</u>) Ziemniaki gotowane młode 200 g Surówka Colesław (1) 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR,</u>) zielona fasolka szparagowa * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Szarlotka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)	Ziemniaczana (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>) Ziemniaki gotowane młode 200 g Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Ciasto drożdżowe 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Kalafiorowa z ziemniakami (6)* 300 ml (<u>SEL,</u>) Bitka z kurczaka duszona (6) 100 g Sos z natki pietruszki (6) 50 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki gotowane młode 200 g Surówka Colesław (6) 100 g (<u>MLE,</u>) zielona fasolka szparagowa * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ziemniakami (1)* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Bitka z piersi kurczaka duszona z cebulą (1) 120 g (<u>GOR,</u>) Ziemniaki gotowane młode 200 g Surówka Colesław (1) 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR,</u>) zielona fasolka szparagowa * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Szarlotka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)
	PD			Gruszka 150 g	
	Kolacja	Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 70 g (<u>GLU PSZ, 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>) Ogórki kwaszone małosolne 100 g (<u>GOR,</u>) Salata 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>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,</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>) Salatka z pomidorów b/skóry i bazylii 100 g Salata 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>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Ogórki kwaszone małosolne 100 g (<u>GOR,</u>) Salata 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>GLU PSZ, 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>) Ogórki kwaszone małosolne 100 g (<u>GOR,</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE,</u>)		Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE,</u>) Otręby pszenne 10 g (<u>GLU PSZ,</u>)	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE,</u>)
		Wartość energetyczna: 2468.27 kcal; Białko ogółem: 119.51 g; Tłuszcz: 80.29 g; Kw. tł. nasy.: 19.80 g; Węglowodany ogółem: 337.17 g; W tym cukry: 54.18 g; Błonnik pok.: 26.66 g; Sól: 8.18 g; Sód: 3190,2 mg	Wartość energetyczna: 2494.80 kcal; Białko ogółem: 120.74 g; Tłuszcz: 52.24 g; Kw. tł. nasy.: 14.15 g; Węglowodany ogółem: 342.03 g; W tym cukry: 78.88 g; Błonnik pok.: 22.68 g; Sól: 5.67 g; Sód: 2211,3 mg	Wartość energetyczna: 1927.96 kcal; Białko ogółem: 107.23 g; Tłuszcz: 58.38 g; Kw. tł. nasy.: 12.67 g; Węglowodany ogółem: 261.97 g; W tym cukry: 45.16 g; Błonnik pok.: 34.65 g; Sól: 10.22 g; Sód: 3985,8 mg	Wartość energetyczna: 2626.47 kcal; Białko ogółem: 121.71 g; Tłuszcz: 81.50 g; Kw. tł. nasy.: 20.21 g; Węglowodany ogółem: 372.75 g; W tym cukry: 82.90 g; Błonnik pok.: 29.95 g; Sól: 8.27 g; Sód: 3225,3 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-11 do dnia 2026-08-20 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	
2026-08-16 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u> <u>GOR,</u>) Pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g (<u>JAJ,</u> <u>GOR,</u>) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u> <u>GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>GLU ŻYT,</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u> <u>GOR,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u> <u>GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>GLU ŻYT,</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Pasta z jaj ze szczypiorkiem (6) 100 g (<u>JAJ,</u> <u>MLE, GOR,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u> <u>GOR,</u>) Pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g (<u>JAJ,</u> <u>GOR,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u> <u>GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>GLU ŻYT,</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN		Schab pieczony 35 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT,</u>)	Banan 1szt. 1 szt	
	Obiad	Krem z brokuł z grzankami(1) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Połędwiczki drobiowe pieczone 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos pieczeniowy 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z młodej kapusty białej z koperkiem i z olejem (1,6) 100 g Bukiet warzyw euro mix 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Sernik 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,</u>)	Krem z brokuł (2) z grzankami 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Połędwiczki drobiowe pieczone 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos pieczeniowy 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (2)* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Ciasto drożdżowe z/c 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Krem z brokuł (6) 300 ml (<u>SEL,</u>) Połędwiczki drobiowe pieczone (6) 100 g Sos pieczeniowy (6) 50 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z młodej kapusty białej z koperkiem i z olejem (1,6) 100 g Bukiet warzyw euro mix 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krem z brokuł z grzankami(1) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Połędwiczki drobiowe pieczone 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos pieczeniowy 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z młodej kapusty białej z koperkiem i z olejem (1,6) 100 g Bukiet warzyw euro mix 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Sernik 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,</u>)
	PD		Morela świeża 150 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
	Kolacja	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (<u>może zawierać: MLE, 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>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (<u>może zawierać: MLE, 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>) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (<u>może zawierać: MLE, 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>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
	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: 2456.65 kcal; Białko ogółem: 113.02 g; Tłuszcz: 75.50 g; Kw. tł. nasy.: 17.25 g; Węglowodany ogółem: 339.41 g; W tym cukry: 51.62 g; Błonnik pok.: 25.48 g; Sól: 8.62 g; Sód: 3361,8 mg		Wartość energetyczna: 2480.26 kcal; Białko ogółem: 109.02 g; Tłuszcz: 51.61 g; Kw. tł. nasy.: 12.17 g; Węglowodany ogółem: 343.92 g; W tym cukry: 69.42 g; Błonnik pok.: 28.47 g; Sól: 9.51 g; Sód: 3708,9 mg	Wartość energetyczna: 1800.87 kcal; Białko ogółem: 91.39 g; Tłuszcz: 53.78 g; Kw. tł. nasy.: 10.43 g; Węglowodany ogółem: 244.34 g; W tym cukry: 32.97 g; Błonnik pok.: 30.32 g; Sól: 9.55 g; Sód: 3724,5 mg	Wartość energetyczna: 2648.15 kcal; Białko ogółem: 115.55 g; Tłuszcz: 70.18 g; Kw. tł. nasy.: 16.19 g; Węglowodany ogółem: 399.40 g; W tym cukry: 89.75 g; Błonnik pok.: 30.51 g; Sól: 8.61 g; Sód: 3357,9 mg	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-11 do dnia 2026-08-20 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
2026-08-17 poniedziałek	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 70 g 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 świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Cykorja 40 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 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	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 70 g 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 świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Jabłko 150 g	Koktajl mleczny z truskawkami 150 ml (<u>MLE,</u>)
	Obiad	Gulaszowa z mięsem wieprzowym (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Pierogi ukraińskie * 350 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Cebula smażona 50 g Surówka z marchwi i jabłka 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krupnik ryżowy z ziemniakami (2) 300 ml (<u>SEL,</u>) Knedle z truskawkami * 350 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos jogurtowy naturalny 150 g (<u>MLE,</u>) Surówka z marchwi i jabłka 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Gulaszowa z mięsem wieprzowym (6) 300 ml (<u>SEL,</u>) Leczo wegetariańskie (6) 200 g kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Surówka z marchwi i jabłka 100 g Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Gulaszowa z mięsem wieprzowym (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) placki drożdżowe z jabłkami i cukrem pudrem 350 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Surówka z marchwi i jabłka 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE,</u>) Słupki papryki 50 g	Sok jabłkowo-aroniowy 0,2L NFC -100% tłoczony 1 szt
	Kolacja	Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE,</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	Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE,</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>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Budyń czekoladowy z/c 200 ml (<u>MLE,</u>)	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	Koktajl z czarnej porzeczki*b/c 200 ml (<u>MLE,</u>) Płatki owsiane 10 g (<u>GLU OW,</u>)	Budyń czekoladowy z/c 200 ml (<u>MLE,</u>)
		Wartość energetyczna: 2453.34 kcal; Białko ogółem: 95.56 g; Tłuszcz: 91.65 g; Kw. tł. nasy.: 26.64 g; Węglowodany ogółem: 330.92 g; W tym cukry: 70.51 g; Błonnik pok.: 25.08 g; Sól: 6.00 g; Sód: 2340 mg	Wartość energetyczna: 2089.17 kcal; Białko ogółem: 69.41 g; Tłuszcz: 49.52 g; Kw. tł. nasy.: 13.07 g; Węglowodany ogółem: 360.85 g; W tym cukry: 69.63 g; Błonnik pok.: 16.99 g; Sól: 5.43 g; Sód: 2117,7 mg	Wartość energetyczna: 2017.46 kcal; Białko ogółem: 83.60 g; Tłuszcz: 57.57 g; Kw. tł. nasy.: 12.68 g; Węglowodany ogółem: 314.23 g; W tym cukry: 67.42 g; Błonnik pok.: 48.95 g; Sól: 7.03 g; Sód: 2741,7 mg	Wartość energetyczna: 2607.57 kcal; Białko ogółem: 94.74 g; Tłuszcz: 87.43 g; Kw. tł. nasy.: 18.19 g; Węglowodany ogółem: 380.27 g; W tym cukry: 127.43 g; Błonnik pok.: 25.60 g; Sól: 6.35 g; Sód: 2476,5 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-11 do dnia 2026-08-20 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
2026-08-18 wtorek	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ,</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>) Pomidor 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>) 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>) Jabłko pieczone 150 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 2 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	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (<u>SOJ,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 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>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Śliwka 150 g	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem nitki (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Karkówka pieczona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos musztardowo-śmietanowy (1) 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej (1,6) 100 g Brukselka got. 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem nitki (2) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Szarpana wieprzowina 100 g Sos pieczeniowy (2) 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Buraczki gotowane (2) 200 g Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem brązowym (6) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Szarpana wieprzowina 100 g Sos pieczeniowy (6) 50 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej (1,6) 100 g Brukselka got. 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem nitki (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Karkówka pieczona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos musztardowo-śmietanowy (1) 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej (1,6) 100 g Brukselka got. 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Maślanka 200 ml (<u>MLE,</u>) Otręby pszenne 10 g (<u>GLU PSZ,</u>)	Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</u>)
	Kolacja	Schab pieczony 70 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>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Schab pieczony 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Schab pieczony 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Schab pieczony 70 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>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)
		Wartość energetyczna: 2148.44 kcal; Białko ogółem: 117.79 g; Tłuszcz: 70.76 g; Kw. tł. nasy.: 21.92 g; Węglowodany ogółem: 284.64 g; W tym cukry: 56.25 g; Błonnik pok.: 27.64 g; Sól: 6.31 g; Sód: 2460,9 mg	Wartość energetyczna: 1981.55 kcal; Białko ogółem: 117.34 g; Tłuszcz: 51.49 g; Kw. tł. nasy.: 14.46 g; Węglowodany ogółem: 280.70 g; W tym cukry: 76.44 g; Błonnik pok.: 21.87 g; Sól: 4.92 g; Sód: 1918,8 mg	Wartość energetyczna: 1898.79 kcal; Białko ogółem: 111.56 g; Tłuszcz: 56.45 g; Kw. tł. nasy.: 13.91 g; Węglowodany ogółem: 251.02 g; W tym cukry: 42.64 g; Błonnik pok.: 32.42 g; Sól: 7.43 g; Sód: 2897,7 mg	Wartość energetyczna: 2247.84 kcal; Białko ogółem: 120.95 g; Tłuszcz: 67.09 g; Kw. tł. nasy.: 20.90 g; Węglowodany ogółem: 322.77 g; W tym cukry: 77.62 g; Błonnik pok.: 29.70 g; Sól: 6.44 g; Sód: 2511,6 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-11 do dnia 2026-08-20 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
2026-08-19 środa	Śniadanie	ryż na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) 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 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>) Papryka świeża 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 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 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 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>) Papryka świeża 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 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 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>) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 25 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	Szpinakowa z ziemniakami (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos majerankowy (1) 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Mizeria ze szczypiorkiem (1) 100 g (<u>MLE,</u>) Cukinia pieczona z ziołami* 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 Cukinia pieczona z ziołami* 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 Mizeria ze szczypiorkiem (6) 100 g (<u>MLE,</u>) Cukinia pieczona z ziołami* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos majerankowy (1) 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Mizeria ze szczypiorkiem (1) 100 g (<u>MLE,</u>) Cukinia pieczona z ziołami* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Nektarynka 150 g	
	Kolacja	Pasta z twarogu i rzodkiewki 120 g (<u>MLE,</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>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Pasta z twarogu waniliowa 100 g (<u>MLE,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 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 Cytryna 5 g	Pasta z twarogu i rzodkiewki 140 g (<u>MLE,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Pasta z twarogu i rzodkiewki 120 g (<u>MLE,</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>) 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: 1937.45 kcal; Białko ogółem: 97.79 g; Tłuszcz: 51.13 g; Kw. tł. nasy.: 14.98 g; Węglowodany ogółem: 289.60 g; W tym cukry: 54.45 g; Błonnik pok.: 23.74 g; Sól: 6.18 g; Sód: 2410,2 mg	Wartość energetyczna: 1936.06 kcal; Białko ogółem: 95.31 g; Tłuszcz: 47.79 g; Kw. tł. nasy.: 12.97 g; Węglowodany ogółem: 293.93 g; W tym cukry: 83.54 g; Błonnik pok.: 18.58 g; Sól: 4.67 g; Sód: 1821,3 mg	Wartość energetyczna: 1989.95 kcal; Białko ogółem: 99.22 g; Tłuszcz: 61.84 g; Kw. tł. nasy.: 15.26 g; Węglowodany ogółem: 272.15 g; W tym cukry: 39.04 g; Błonnik pok.: 27.95 g; Sól: 8.96 g; Sód: 3494,4 mg	Wartość energetyczna: 2131.89 kcal; Białko ogółem: 103.48 g; Tłuszcz: 55.17 g; Kw. tł. nasy.: 17.38 g; Węglowodany ogółem: 324.26 g; W tym cukry: 90.27 g; Błonnik pok.: 25.94 g; Sól: 6.33 g; Sód: 2468,7 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-11 do dnia 2026-08-20 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
2026-08-20 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, 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 świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, 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>) Mus z truskawek* 150 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 świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, 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 świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT,</u>)	Sok jabłkowy 0,2 l NFC 100% tłoczony kubek 1 szt
	Obiad	Selerowa z ziemniakami * (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kotlet pożarski (1)smaż. 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Kasza bulgur 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z pora, jabłka i marchewki (1) 100 g (<u>MLE,</u>) Brokuł gotowany * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * (2) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pulpet drobiowy piecz. 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pomidorowy (2) 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jaglana na sypko 200 g Brokuł gotowany * 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * (6) 300 ml (<u>SEL,</u>) Pulpet drobiowy piecz. 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos chrzanowy (6) 50 ml (<u>MLE, SO2,</u>) Kasza bulgur 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z pora, jabłka i marchewki (6) 100 g (<u>MLE,</u>) Brokuł gotowany * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kotlet pożarski (1)smaż. 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Kasza bulgur 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z pora, jabłka i marchewki (1) 100 g (<u>MLE,</u>) Brokuł gotowany * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Gruszka 150 g	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia 120g 1 szt
	Kolacja	Paszтет z ciecierzycą 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>) Pomidor 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 ciecierzycą 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</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 na kartki- wieprzowa,wędzona,parzona 70 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>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Budyń o smaku waniliowym z/c 250 ml (<u>MLE,</u>)		Budyń o smaku waniliowym b/c 250 ml (<u>MLE,</u>)	Budyń o smaku waniliowym z/c 250 ml (<u>MLE,</u>)
		Wartość energetyczna: 2401.15 kcal; Białko ogółem: 97.79 g; Tłuszcz: 76.54 g; Kw. tł. nasy.: 15.89 g; Węglowodany ogółem: 346.36 g; W tym cukry: 61.27 g; Błonnik pok.: 27.59 g; Sól: 6.74 g; Sód: 2628,6 mg	Wartość energetyczna: 2113.51 kcal; Białko ogółem: 100.32 g; Tłuszcz: 52.79 g; Kw. tł. nasy.: 13.42 g; Węglowodany ogółem: 326.58 g; W tym cukry: 80.29 g; Błonnik pok.: 27.58 g; Sól: 5.23 g; Sód: 2039,7 mg	Wartość energetyczna: 2175.12 kcal; Białko ogółem: 93.76 g; Tłuszcz: 64.04 g; Kw. tł. nasy.: 14.63 g; Węglowodany ogółem: 316.68 g; W tym cukry: 55.51 g; Błonnik pok.: 29.46 g; Sól: 8.38 g; Sód: 3268,2 mg	Wartość energetyczna: 2468.66 kcal; Białko ogółem: 103.78 g; Tłuszcz: 69.86 g; Kw. tł. nasy.: 15.97 g; Węglowodany ogółem: 370.11 g; W tym cukry: 91.94 g; Błonnik pok.: 24.50 g; Sól: 8.57 g; Sód: 3342,3 mg

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp.
1169/2011[kcal],

Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,

Tłuszcz - Tłuszcz,

Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,

Sód - Sód,

Sól - Sól,

Potas - Potas,

Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,

Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,

Ener z B. - % energii z białka,

Ener. z T. - % energii z tłuszczu,

Ener z W. - % energii z węglowodanów,

W tym cukry - w tym cukry,

WW - WW,