

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-01 do dnia 2026-10-10 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
2026-10-01 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 100 g (<u>MLE.</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>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 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 Jabiko pieczone 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Pasta z twarogu z siemieniem 140 g (<u>MLE.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Rzodkiewka 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 100 g (<u>MLE.</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>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II SN			Jabłko 1 szt 1 szt	Banan 1szt. 1 szt
	Obiad	Krem z białych warzyw (1) z pestkami słonecznika 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka po hawajsku pieczony 120 g (<u>MLE.</u>) Sos ananasowy (1) 50 ml Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem (1) 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana z majerankiem (2) 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos ziołowy (2) 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krem z białych warzyw (6) z pestkami słonecznika 300 ml (<u>SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos ziołowy (6) 50 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryki z olejem (6) 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krem z białych warzyw (1) z pestkami słonecznika 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Racuchy drożdżowe z jabłkami i cukrem pudrem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Koktajl truskawkowy b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Koktajl truskawkowy z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 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 Salata 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 Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Cykorii 40 g Salata 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 (<u>GLU ŻYT.</u>) Pomidor 100 g Salata 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 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 Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok jabłkowo-gruszkowy 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 100% tłoczony 1 szt
		Wartość energetyczna: 2133.63 kcal; Białko ogółem: 98.62 g; Tłuszcz: 62.09 g; Kw. tł. nasy.: 16.44 g; Węglowodany ogółem: 315.36 g; W tym cukry: 81.32 g; Błonnik pok.: 25.85 g; Sól: 6.13 g; Sód: 2390,7 mg	Wartość energetyczna: 1827.36 kcal; Białko ogółem: 95.34 g; Tłuszcz: 34.85 g; Kw. tł. nasy.: 12.33 g; Węglowodany ogółem: 297.77 g; W tym cukry: 89.74 g; Błonnik pok.: 22.29 g; Sól: 4.34 g; Sód: 1692,6 mg	Wartość energetyczna: 1833.02 kcal; Białko ogółem: 109.81 g; Tłuszcz: 49.81 g; Kw. tł. nasy.: 13.02 g; Węglowodany ogółem: 264.90 g; W tym cukry: 52.49 g; Błonnik pok.: 35.99 g; Sól: 8.30 g; Sód: 3237 mg	Wartość energetyczna: 2560.64 kcal; Białko ogółem: 83.74 g; Tłuszcz: 67.89 g; Kw. tł. nasy.: 19.61 g; Węglowodany ogółem: 424.05 g; W tym cukry: 157.46 g; Błonnik pok.: 26.16 g; Sól: 6.12 g; Sód: 2386,8 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-01 do dnia 2026-10-10 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
2026-10-02 piątek	Śniadanie	Makaron drobny (orzo) na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</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>) Majonez 10 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Makaron drobny (orzo) na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 70 g Margaryna porcjowa 10 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 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Pomidor 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	Makaron drobny (orzo) na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Majonez 10 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u>)
	II ŚN			Maślanka 200 ml (<u>MLE.</u>)	Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt
	Obiad	Barszcz biały z jajkiem (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kotlet z ryby (Miruna) pieczony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (1,6) 100 g Warzywa po grecku 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * (2) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet rybny (Miruna)pieczony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos cytrynowy (2) 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Warzywa po grecku 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * (6) 300 ml (<u>SEL.</u>) Pulpet rybny (Miruna)pieczony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos cytrynowy (6) 50 ml (<u>SEL.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kotlet z ryby (Miruna) pieczony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (1,6) 100 g Warzywa po grecku 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 35 g Margaryna porcjowa 10 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>)	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt
	Kolacja	Schab duszony 45 g Margaryna porcjowa 10 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Sałatka z makaronu i tuńczyka (1) 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, GOR.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Schab duszony 45 g Margaryna porcjowa 10 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka z makaronu i tuńczyka (2) 150 g (<u>GLU PSZ, RYB, MLE.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Schab duszony 45 g Margaryna porcjowa 10 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Sałatka z makaronu i tuńczyka (6) 150 g (<u>GLU PSZ, RYB, MLE.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Schab duszony 45 g Margaryna porcjowa 10 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Sałatka z makaronu i tuńczyka (1) 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, GOR.</u>) Sałata zielona 25 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: 2367.65 kcal; Białko ogółem: 106.33 g; Tłuszcz: 88.96 g; Kw. tł. nasy.: 16.81 g; Węglowodany ogółem: 307.18 g; W tym cukry: 50.03 g; Błonnik pok.: 31.38 g; Sól: 6.90 g; Sód: 2691 mg	Wartość energetyczna: 2035.29 kcal; Białko ogółem: 104.73 g; Tłuszcz: 56.72 g; Kw. tł. nasy.: 12.44 g; Węglowodany ogółem: 294.67 g; W tym cukry: 58.78 g; Błonnik pok.: 30.33 g; Sól: 6.05 g; Sód: 2359,5 mg	Wartość energetyczna: 2113.91 kcal; Białko ogółem: 107.23 g; Tłuszcz: 67.60 g; Kw. tł. nasy.: 13.52 g; Węglowodany ogółem: 282.71 g; W tym cukry: 30.51 g; Błonnik pok.: 31.94 g; Sól: 8.82 g;	Wartość energetyczna: 2790.00 kcal; Białko ogółem: 118.20 g; Tłuszcz: 96.79 g; Kw. tł. nasy.: 21.47 g; Węglowodany ogółem: 382.37 g; W tym cukry: 99.86 g; Błonnik pok.: 31.41 g; Sól: 7.45 g; Sód: 3439,8 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-01 do dnia 2026-10-10 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
2026-10-03 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			Śliwka 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 smażony 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza gryczana 200 g Surówka z pora, jabłka i marchewki () 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>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) 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>) Kasza gryczana 200 g Surówka z pora, jabłka i marchewki () 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 smażony 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza gryczana 200 g Surówka z pora, jabłka i marchewki () 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>)	Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u>)
	Kolacja	Pasta z soczewicy czerwonej (1,6) 100 g (<u>SEL</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	Pasta z soczewicy czerwonej (1,6) 100 g (<u>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	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	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE</u>)		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Jogurt jogobella malinowa 1 szt (<u>MLE</u>)
		Wartość energetyczna: 2217.59 kcal; Białko ogółem: 111.03 g; Tłuszcz: 64.04 g; Kw. tł. nasy.: 13.64 g; Węglowodany ogółem: 327.23 g; W tym cukry: 41.00 g; Błonnik pok.: 35.25 g; Sól: 7.95 g; Sód: 3100,5 mg	Wartość energetyczna: 1956.26 kcal; Białko ogółem: 97.75 g; Tłuszcz: 55.17 g; Kw. tł. nasy.: 13.17 g; Węglowodany ogółem: 287.76 g; W tym cukry: 48.46 g; Błonnik pok.: 27.29 g; Sól: 5.03 g; Sód:1961,7 mg	Wartość energetyczna: 1967.60 kcal; Białko ogółem: 97.44 g; Tłuszcz: 51.36 g; Kw. tł. nasy.: 9.50 g; Węglowodany ogółem: 299.38 g; W tym cukry: 40.91 g; Błonnik pok.: 38.12 g; Sól: 12.34 g; Sód: 4812,6 mg	Wartość energetyczna: 2155.32 kcal; Białko ogółem: 110.63 g; Tłuszcz: 58.52 g; Kw. tł. nasy.: 14.11 g; Węglowodany ogółem: 325.36 g; W tym cukry: 60.81 g; Błonnik pok.: 29.79 g; Sól: 9.94 g; Sód: 3876,6 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-01 do dnia 2026-10-10 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
2026-10-04 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g (JAJ, GOR,) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g (JAJ, MLE, GOR,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT,) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g (JAJ, GOR,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko 150 g			
	Obiad	Krem z dyni z pestkami (1) 300 ml (MLE, SEL,) Schab ze śliwką suszoną 100 g Sos pieczeniowy 50 ml (GLU PSZ,) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (MLE,) Fasolka szparagowa żółta * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Ciasto pleśniak 100 g (GLU PSZ, JAJ, ORZ,)	Krem z dyni (2) 300 ml (MLE, SEL,) Bitka schabowa duszona 100 g (GLU PSZ,) Sos pieczeniowy 50 ml (GLU PSZ,) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki gotowane (2) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Ciasto drożdżowe 100 g (GLU PSZ, JAJ,)	Krem z brokuł z pestkami dyni (6) 300 ml (SEL,) Bitka schabowa duszona 100 g (GLU PSZ,) Sos pieczeniowy (6) 50 ml (SEL,) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (MLE,) Fasolka szparagowa żółta * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krem z dyni z pestkami (1) 300 ml (MLE, SEL,) Schab ze śliwką suszoną 100 g Sos pieczeniowy 50 ml (GLU PSZ,) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (MLE,) Fasolka szparagowa żółta * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Ciasto pleśniak 100 g (GLU PSZ, JAJ, ORZ,)
	PD	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,)			
	Kolacja	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (może zawierać: MLE, GOR,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (może zawierać: MLE, GOR,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 10 g Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	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 Salata zielona 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 Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)
	PN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt			
		Wartość energetyczna: 2642.10 kcal; Białko ogółem: 110.65 g; Tłuszcz: 83.01 g; Kw. tł. nasy.: 23.67 g; Węglowodany ogółem: 347.40 g; W tym cukry: 68.48 g; Błonnik pok.: 28.03 g; Sól: 6.51 g; Sód: 2538,9 mg	Wartość energetyczna: 2561.86 kcal; Białko ogółem: 114.03 g; Tłuszcz: 55.51 g; Kw. tł. nasy.: 14.26 g; Węglowodany ogółem: 345.67 g; W tym cukry: 66.72 g; Błonnik pok.: 24.03 g; Sól: 7.34 g; Sód: 2862,6 mg	Wartość energetyczna: 1888.76 kcal; Białko ogółem: 92.42 g; Tłuszcz: 55.13 g; Kw. tł. nasy.: 13.97 g; Węglowodany ogółem: 263.13 g; W tym cukry: 35.23 g; Błonnik pok.: 28.87 g; Sól: 7.06 g; Sód: 2753,4 mg	Wartość energetyczna: 2783.60 kcal; Białko ogółem: 119.28 g; Tłuszcz: 81.44 g; Kw. tł. nasy.: 24.83 g; Węglowodany ogółem: 382.74 g; W tym cukry: 105.42 g; Błonnik pok.: 31.31 g; Sól: 6.65 g; Sód: 2593,5 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-01 do dnia 2026-10-10 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
2026-10-05 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Pasztet z całego kurczaka Sokółów 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</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 żółta 100 g 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>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 70 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, SO2.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Cykorja 40 g Salata 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, SO2.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Papryka świeża żółta 100 g 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>) Pasztet z całego kurczaka Sokółów 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Papryka świeża żółta 100 g Salata zielona 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Kiwi 1 szt	Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)
	Obiad	Pomidorowa z makaronem nitki (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Naleśniki z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Mus z brzoskwiń 150 g Surówka z marchwi i jabłka 200 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem nitki (2) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kluski leniwe z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.</u>) Sos jogurtowy z/c 150 g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi i jabłka 200 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem brązowym(6) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Naleśniki z serem (6) 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Mus z truskawek* b/c 150 g Surówka z marchwi i jabłka 200 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem nitki (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kluski leniwe z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.</u>) Sos jogurtowy z/c 150 g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi i jabłka 200 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Twarożek ze szczypiorkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>)	Serek homog. Danio 1 szt (<u>MLE.</u>)
	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 długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Rzodkiew biała 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 Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pomidor b/skórki 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>) Rzodkiew biała 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 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 Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)			
		Wartość energetyczna: 2451.52 kcal; Białko ogółem: 102.44 g; Tłuszcz: 96.86 g; Kw. tł. nasy.: 26.27 g; Węglowodany ogółem: 312.34 g; W tym cukry: 85.05 g; Błonnik pok.: 27.55 g; Sól: 7.07 g; Sód: 2757,3 mg	Wartość energetyczna: 2231.32 kcal; Białko ogółem: 106.97 g; Tłuszcz: 56.81 g; Kw. tł. nasy.: 17.96 g; Węglowodany ogółem: 332.83 g; W tym cukry: 82.25 g; Błonnik pok.: 17.63 g; Sól: 7.65 g; Sód: 2983,5 mg	Wartość energetyczna: 2041.30 kcal; Białko ogółem: 96.99 g; Tłuszcz: 75.35 g; Kw. tł. nasy.: 18.02 g; Węglowodany ogółem: 257.70 g; W tym cukry: 61.92 g; Błonnik pok.: 31.34 g; Sól: 9.12 g; Sód: 3556,8 mg	Wartość energetyczna: 2793.28 kcal; Białko ogółem: 114.45 g; Tłuszcz: 91.65 g; Kw. tł. nasy.: 28.12 g; Węglowodany ogółem: 395.89 g; W tym cukry: 94.73 g; Błonnik pok.: 25.83 g; Sól: 8.78 g; Sód: 3424,2 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-01 do dnia 2026-10-10 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
2026-10-06 wtorek	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>) Twarożek ze szczypiorkiem (1,6) 100 g (<u>MLE.</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 Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>) Twarożek z koperkiem (2) 100 g (<u>MLE.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Twarożek ze szczypiorkiem (1,6) 100 g (<u>MLE.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Rzodkiewka 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>) Twarożek ze szczypiorkiem (1,6) 100 g (<u>MLE.</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 Salata 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>)	Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)
	Obiad	ogórkowa z ziemniakami*(1) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kotlet schabowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Mizeria (1) 100 g (<u>MLE.</u>) Buraczki gotowane (1,2) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ziemniakami (2) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Pulpet wieprzowy pieczony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy (2) 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki gotowane (1,2) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	ogórkowa z ziemniakami*(6) 300 ml (<u>SEL.</u>) Pulpet wieprzowy pieczony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy (6) 50 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Mizeria (6) 100 g (<u>MLE.</u>) Fasolka szparagowa żółta 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	ogórkowa z ziemniakami*(1) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kotlet schabowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki gotowane (1,2) 100 g Mizeria (1) 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Koktajl truskawkowy* b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)	Koktajl bananowy 250 ml (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	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 Salata 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 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Mus z truskawek got. 150 g Salata 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 Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Pomidor 100 g Salata 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 Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>) Otręby pszenne 10 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2020.18 kcal; Białko ogółem: 103.80 g; Tłuszcz: 53.74 g; Kw. tł. nasy.: 16.37 g; Węglowodany ogółem: 301.19 g; W tym cukry: 39.43 g; Błonnik pok.: 28.18 g; Sól: 7.09 g; Sód: 2765,1 mg	Wartość energetyczna: 1850.96 kcal; Białko ogółem: 96.97 g; Tłuszcz: 41.49 g; Kw. tł. nasy.: 13.97 g; Węglowodany ogółem: 288.67 g; W tym cukry: 66.94 g; Błonnik pok.: 26.02 g; Sól: 4.61 g; Sód: 1797,9 mg	Wartość energetyczna: 1946.24 kcal; Białko ogółem: 102.66 g; Tłuszcz: 59.36 g; Kw. tł. nasy.: 17.76 g; Węglowodany ogółem: 265.34 g; W tym cukry: 41.79 g; Błonnik pok.: 30.31 g; Sól: 9.07 g; Sód: 3537,3 mg	Wartość energetyczna: 2356.98 kcal; Białko ogółem: 113.60 g; Tłuszcz: 58.10 g; Kw. tł. nasy.: 18.32 g; Węglowodany ogółem: 366.96 g; W tym cukry: 81.82 g; Błonnik pok.: 31.07 g; Sól: 7.31 g; Sód: 2850,9 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-01 do dnia 2026-10-10 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
2026-10-07 środa	Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku 300 ml (<u>MLE</u> ,) Parówki wieprzowe 120 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> ,) Ketchup 25 g (<u>SEL</u> ,) Ogórek konserwowy 100 g (<u>GOR</u> ,) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Płatki ryżowe na mleku 300 ml (<u>MLE</u> ,) Parówki wieprzowe 120 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bulka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Ketchup 25 g (<u>SEL</u> ,) Cykorія 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Parówki wieprzowe 120 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT</u> ,) Musztarda 25 g (<u>GOR</u> ,) Ogórek kiszony 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> ,) Parówki wieprzowe 120 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> ,) Ketchup 25 g (<u>SEL</u> ,) Ogórek konserwowy 100 g (<u>GOR</u> ,) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Kiwi 1 szt 150 g	Ciastka zbożowe z owocami 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u> ,)
	Obiad	Rosół z makaronem nitki 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,) Filet z kurczaka duszony 100 g Sos z pomidorami suszonymi (1) 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,) Kasza bulgur 200 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem (1) 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem nitki 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,) Filet z kurczaka duszony 100 g Sos ziołowy (2) 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,) Kasza jaglana na sypko 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem brązowym(6) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,) Filet z kurczaka duszony 100 g Sos z pomidorami suszonymi (6) 50 ml (<u>SEL</u> ,) Kasza bulgur 200 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Surówka z kapusty pekińskiej z papryki z olejem (6) 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem nitki 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,) Filet z kurczaka duszony 100 g Sos z pomidorami suszonymi (1) 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,) Kasza bulgur 200 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem (1) 100 g Brokuł gotowany* 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 naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,)
	Kolacja	Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u> ,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Miód (25g) 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 Bulka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Mus z truskawek got. 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Serek homo. naturalny 140 g (<u>MLE</u> ,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT</u> ,) Jabłko 1 szt 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 Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Kisiel z truskawkami b/c* 250 ml			
		Wartość energetyczna: 2613.14 kcal; Białko ogółem: 120.56 g; Tłuszcz: 94.98 g; Kw. tł. nasy.: 25.05 g; Węglowodany ogółem: 326.65 g; W tym cukry: 58.46 g; Błonnik pok.: 19.61 g; Sól: 8.48 g; Sód: 3307,2 mg	Wartość energetyczna: 2281.12 kcal; Białko ogółem: 121.69 g; Tłuszcz: 76.66 g; Kw. tł. nasy.: 23.45 g; Węglowodany ogółem: 287.92 g; W tym cukry: 43.67 g; Błonnik pok.: 22.24 g; Sól: 5.70 g;	Wartość energetyczna: 2536.17 kcal; Białko ogółem: 121.57 g; Tłuszcz: 102.95 g; Kw. tł. nasy.: 29.23 g; Węglowodany ogółem: 286.14 g; W tym cukry: 48.62 g; Błonnik pok.: 26.19 g; Sól: 11.21 g; Sód: 2223 mg	Wartość energetyczna: 2814.09 kcal; Białko ogółem: 128.42 g; Tłuszcz: 103.43 g; Kw. tł. nasy.: 29.77 g; Węglowodany ogółem: 348.98 g; W tym cukry: 63.68 g; Błonnik pok.: 20.37 g; Sól: 8.65 g; Sód: 3373,5 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-01 do dnia 2026-10-10 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
2026-10-08 czwartek	Śniadanie	kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Pasta z ciecierzycy paprykowa 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>) Papryka świeża czerwona 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 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>) Sałatka z pomidora b/skóry, miks u sałat i oleju 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Pasta z ciecierzycy paprykowa 100 g Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Papryka świeża czerwona 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 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>) Papryka świeża czerwona 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE</u>)	Banan 1szt. 1 szt
	Obiad	krem z pora (1)* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) mięso mielone z sosem bolońskim (1) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron Spaghetti razowy 200 g Sałata lodowa (1,6) 200 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grysikowa z ziemniakami*(2) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) mięso mielone z sosem bolońskim (2) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron Spaghetti 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z tymiankiem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	krem z pora (6)* 300 ml (<u>SEL.</u>) mięso mielone z sosem bolońskim (6) 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Makaron Spaghetti razowy 200 g Sałata lodowa (1,6) 200 g (<u>GOR.</u>) Cukinia pieczona z tymiankiem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	krem z pora (1)* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) mięso mielone z sosem bolońskim (1) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron Spaghetti razowy 200 g Sałata lodowa (1,6) 200 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Kolacja	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 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 Cytryna 5 g	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 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	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>) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	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 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	Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt
		Wartość energetyczna: 2398.28 kcal; Białko ogółem: 106.80 g; Tłuszcz: 89.56 g; Kw. tł. nasy.: 21.05 g; Węglowodany ogółem: 303.67 g; W tym cukry: 55.70 g; Błonnik pok.: 26.14 g; Sól: 8.01 g; Sód: 3123,9 mg	Wartość energetyczna: 2329.79 kcal; Białko ogółem: 116.48 g; Tłuszcz: 67.87 g; Kw. tł. nasy.: 17.44 g; Węglowodany ogółem: 319.28 g; W tym cukry: 54.25 g; Błonnik pok.: 18.80 g; Sól: 7.48 g; Sód: 2917,2 mg	Wartość energetyczna: 2130.34 kcal; Białko ogółem: 100.32 g; Tłuszcz: 91.41 g; Kw. tł. nasy.: 21.27 g; Węglowodany ogółem: 235.66 g; W tym cukry: 42.00 g; Błonnik pok.: 26.06 g; Sól: 10.89 g; Sód: 4247,1 mg	Wartość energetyczna: 2557.39 kcal; Białko ogółem: 113.04 g; Tłuszcz: 83.71 g; Kw. tł. nasy.: 20.49 g; Węglowodany ogółem: 349.38 g; W tym cukry: 106.08 g; Błonnik pok.: 28.26 g; Sól: 9.44 g; Sód: 3681,6 mg

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

		W-wa WB- WIM 1 Podstawowa	W-wa WB- WIM 2 Łatwa strawna	W-wa WB- WIM 6 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów	W-wa WB- WIM P1 Dzieci 3(.3 r.ż) Podstawowa
2026-10-09 piątek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) 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 kiszony 100 g Majonez 10 g (JAJ, GOR.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Szyunka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 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	Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT.) Ogórek kiszony 100 g Chrzan ze śmietaną 20 g (MLE, S02.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) 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 kiszony 100 g Majonez 10 g (JAJ, GOR.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Śliwka 150 g	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia 120g 1 szt
	Obiad	Grochowa z ziemniakami i kielbasą (1) 300 ml (SOJ, SEL, GOR.) Ryba w cieście 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, MLE.) 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	Koperkowa z makaronem orzo (2) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB.) Sos cytrynowy (2) 50 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Warzywa po grecku (2)* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami i kielbasą* (6) 300 ml (SOJ, SEL, GOR.) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (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	Grochowa z ziemniakami i kielbasą (1) 300 ml (SOJ, SEL, GOR.) Ryba w cieście 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, MLE.) 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
	PD			Twarożek z ziołami 60 g (MLE.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.)	Serek homogenizowany o smaku waniliowym 140g 1 szt (MLE.)
	Kolacja	Schab duszony plastry 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.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Schab duszony plastry 70 g 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	Schab duszony plastry 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	Schab duszony plastry 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.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Koktajl truskawkowy z/c* 200 ml (MLE.)		Koktajl truskawkowy b/c* 200 ml (MLE.)	Koktajl truskawkowy z/c* 200 ml (MLE.)
		Wartość energetyczna: 2387.70 kcal; Białko ogółem: 122.60 g; Tłuszcz: 80.10 g; Kw. tł. nasy.: 17.95 g; Węglowodany ogółem: 311.80 g; W tym cukry: 44.72 g; Błonnik pok.: 27.16 g; Sól: 7.90 g; Sód: 3081 mg	Wartość energetyczna: 1840.37 kcal; Białko ogółem: 105.54 g; Tłuszcz: 42.91 g; Kw. tł. nasy.: 11.70 g; Węglowodany ogółem: 273.12 g; W tym cukry: 72.35 g; Błonnik pok.: 25.52 g; Sól: 5.43 g; Sód: 2117,7 mg	Wartość energetyczna: 2116.40 kcal; Białko ogółem: 114.56 g; Tłuszcz: 68.07 g; Kw. tł. nasy.: 15.45 g; Węglowodany ogółem: 273.54 g; W tym cukry: 38.40 g; Błonnik pok.: 29.48 g; Sól: 9.21 g; Sód: 3591,9 mg	Wartość energetyczna: 2585.50 kcal; Białko ogółem: 129.72 g; Tłuszcz: 84.21 g; Kw. tł. nasy.: 20.60 g; Węglowodany ogółem: 342.94 g; W tym cukry: 71.13 g; Błonnik pok.: 26.90 g; Sól: 8.04 g; Sód: 3135,6 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-01 do dnia 2026-10-10 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
2026-10-10 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Twarożek ze szczypiorkiem 100 g (<u>MLE</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 Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ</u>) Mus z truskawek* 150 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>) Rzodkiewka 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Twarożek ze szczypiorkiem 100 g (<u>MLE</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 Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN				Jabłko 150 g
	Obiad	Kapuśniak (1,6) 300 ml (<u>SEL</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z selera i marchwi () 100 g (<u>SEL</u>) Fasolka szparagowa żółta* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zacierkowa (2) 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Szpinak gotowany (2)* 200 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kapuśniak (1,6) 300 ml (<u>SEL</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z selera i marchwi () 100 g (<u>SEL</u>) Fasolka szparagowa żółta* 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 truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
	Kolacja	Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (<u>SOJ</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 konserwowa 100 g Salata 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 długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ</u>) Salata zielona 25 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 110 g (<u>GLU ŻYT</u>) Papryka świeża żółta 100 g Salata 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 długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Papryka świeża żółta 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Serek homogenizowany o smaku waniliowym 140g 1 szt (<u>MLE</u>)		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Otręby pszenne 10 g (<u>GLU PSZ</u>)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2006.53 kcal; Białko ogółem: 103.04 g; Tłuszcz: 67.79 g; Kw. tł. nasy.: 17.06 g; Węglowodany ogółem: 269.88 g; W tym cukry: 37.54 g; Błonnik pok.: 32.68 g; Sól: 7.70 g; Sód: 3003 mg	Wartość energetyczna: 1920.92 kcal; Białko ogółem: 107.34 g; Tłuszcz: 51.31 g; Kw. tł. nasy.: 14.92 g; Węglowodany ogółem: 273.64 g; W tym cukry: 45.39 g; Błonnik pok.: 23.98 g; Sól: 5.15 g; Sód: 2008,5 mg	Wartość energetyczna: 2140.19 kcal; Białko ogółem: 112.48 g; Tłuszcz: 78.18 g; Kw. tł. nasy.: 24.34 g; Węglowodany ogółem: 267.21 g; W tym cukry: 45.43 g; Błonnik pok.: 38.32 g; Sól: 8.72 g; Sód: 3400,8 mg	Wartość energetyczna: 2259.87 kcal; Białko ogółem: 113.07 g; Tłuszcz: 71.23 g; Kw. tł. nasy.: 19.34 g; Węglowodany ogółem: 321.70 g; W tym cukry: 80.02 g; Błonnik pok.: 38.36 g; Sól: 7.14 g; Sód: 2784,6 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,