

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-21 do dnia 2026-10-30 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	
2026-10-21 środa	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Paszтет drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Ogórek świeży 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>) 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>) Jabłko pieczone 150 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 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	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową,wędzona,parzona 70 g (<u>może zawierać: SOJ, 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>) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	II ŚN				Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Płatki owsiane 10 g (<u>GLU OW,</u>)	Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)
	Obiad	pieczarkowa z makaronem (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02,</u>) Gołąbek z kapusty włoskiej ryżem i wieprzowiną pieczony (1,6) 200 g (<u>JAJ,</u>) Sos pomidorowy (1) 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem (1) 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	grycikowa z ziemniakami (2) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Klops ryżowo-wieprzowy pieczony (2) 100 g Sos pomidorowy (2) 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Szpinak gotowany (2) 200 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	pieczarkowa z makaronem razowym (6) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, S02,</u>) Gołąbek z kapusty włoskiej ryżem i wieprzowiną pieczony (1,6) 200 g (<u>JAJ,</u>) Sos pomidorowy (6) 100 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem (6) 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	pieczarkowa z makaronem (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02,</u>) Gołąbek z kapusty włoskiej ryżem i wieprzowiną pieczony (1,6) 200 g (<u>JAJ,</u>) Sos pomidorowy (1) 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem (1) 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	
	PD					Gruszka 150 g
	Kolacja	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>) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 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>) Cykoria 40 g Sałata zielona 10 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>) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	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>) Rzodkiew biała 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: 2409.93 kcal; Białko ogółem: 119.22 g; Tłuszcz: 71.57 g; Kw. tł. nasy.: 17.67 g; Węglowodany ogółem: 347.00 g; W tym cukry: 70.51 g; Błonnik pok.: 34.73 g; Sól: 5.17 g; Sód: 2016,3 mg	Wartość energetyczna: 2203.66 kcal; Białko ogółem: 110.69 g; Tłuszcz: 58.67 g; Kw. tł. nasy.: 18.83 g; Węglowodany ogółem: 324.90 g; W tym cukry: 73.50 g; Błonnik pok.: 26.67 g; Sól: 5.10 g; Sód: 1989 mg	Wartość energetyczna: 2225.49 kcal; Białko ogółem: 109.45 g; Tłuszcz: 68.90 g; Kw. tł. nasy.: 20.67 g; Węglowodany ogółem: 308.92 g; W tym cukry: 60.66 g; Błonnik pok.: 37.39 g; Sól: 7.48 g; Sód: 2917,2 mg	Wartość energetyczna: 2600.52 kcal; Białko ogółem: 122.34 g; Tłuszcz: 74.51 g; Kw. tł. nasy.: 21.98 g; Węglowodany ogółem: 386.89 g; W tym cukry: 94.88 g; Błonnik pok.: 37.93 g; Sól: 7.06 g; Sód: 2753,4 mg	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-21 do dnia 2026-10-30 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
2026-10-22 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>) Papryka konserwowa 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>) 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 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 żółta 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN		Hummus z ciecierzycy 100 g Słupki z marchewki i ogórka obranego 100 g	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)
	Obiad	Pomidorowa z makaronem nitki (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kotlet mielony wieprzowy smażony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Kasza gryczana 200 g Surówka z marchwi i pora z olejem (1,6) 100 g Buraczki gotowane (1,2) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem brązowym (6) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Wieprzowina pieczona szarpana 100 g Sos pieczeniowy (2) 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Buraczki gotowane (1,2) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem nitki (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kotlet mielony wieprzowy smażony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Kasza gryczana 200 g Surówka z marchwi i pora z olejem (1,6) 100 g Buraczki gotowane (1,2) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Jabłko 150 g	
	Kolacja	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>) Pomidor 100 g Miód (25g) 1 szt 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>) Pomidor 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>) Pomidor 100 g Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 35 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT,</u>)	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt
		Wartość energetyczna: 2339.08 kcal; Białko ogółem: 101.10 g; Tłuszcz: 74.82 g; Kw. tł. nasy.: 14.14 g; Węglowodany ogółem: 335.27 g; W tym cukry: 74.82 g; Błonnik pok.: 26.51 g; Sól: 7.11 g; Sód: 2772,9 mg	Wartość energetyczna: 2053.71 kcal; Białko ogółem: 103.07 g; Tłuszcz: 48.44 g; Kw. tł. nasy.: 10.62 g; Węglowodany ogółem: 316.21 g; W tym cukry: 91.06 g; Błonnik pok.: 21.96 g; Sól: 4.68 g; Sód: 1825,2 mg	Wartość energetyczna: 2218.99 kcal; Białko ogółem: 114.18 g; Tłuszcz: 74.26 g; Kw. tł. nasy.: 11.02 g; Węglowodany ogółem: 290.56 g; W tym cukry: 47.56 g; Błonnik pok.: 34.18 g; Sól: 8.62 g; Sód: 3361,8 mg
		Wartość energetyczna: 2538.42 kcal; Białko ogółem: 106.63 g; Tłuszcz: 78.26 g; Kw. tł. nasy.: 16.42 g; Węglowodany ogółem: 373.74 g; W tym cukry: 117.30 g; Błonnik pok.: 30.39 g; Sól: 6.56 g; Sód: 2558,4 mg		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-21 do dnia 2026-10-30 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	
2026-10-23 piątek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</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	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</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	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</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		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>)	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 z koperkiem 200 g Surówka z kapusty kiszonej 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 ryżowy z ziemniakami*(2) 300 ml (<u>SEL,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy (2) 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki 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 z koperkiem 200 g Surówka z kapusty kiszonej 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 z koperkiem 200 g Surówka z kapusty kiszonej 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		Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE,</u>) Płatki owsiane 10 g (<u>GLU OW,</u>)	Sok jabłkowo-aroniowy 0,2L NFC -100% tłoczony 1 szt	
	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>) Rzodkiew biała 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>) buraczki z jabłkiem 100 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>) Rzodkiew biała 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>) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 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: 2341.01 kcal; Białko ogółem: 115.48 g; Tłuszcz: 64.48 g; Kw. tł. nasy.: 13.78 g; Węglowodany ogółem: 347.73 g; W tym cukry: 57.75 g; Błonnik pok.: 40.10 g; Sól: 7.15 g; Sód: 2788,5 mg	Wartość energetyczna: 1914.75 kcal; Białko ogółem: 94.39 g; Tłuszcz: 43.72 g; Kw. tł. nasy.: 10.60 g; Węglowodany ogółem: 299.86 g; W tym cukry: 67.84 g; Błonnik pok.: 29.08 g; Sól: 5.01 g; Sód: 1953,9 mg	Wartość energetyczna: 2306.67 kcal; Białko ogółem: 112.71 g; Tłuszcz: 74.35 g; Kw. tł. nasy.: 15.67 g; Węglowodany ogółem: 308.67 g; W tym cukry: 25.56 g; Błonnik pok.: 35.50 g; Sól: 9.50 g; Sód: 3705 mg	Wartość energetyczna: 2231.17 kcal; Białko ogółem: 113.74 g; Tłuszcz: 52.13 g; Kw. tł. nasy.: 13.01 g; Węglowodany ogółem: 348.95 g; W tym cukry: 87.24 g; Błonnik pok.: 36.55 g; Sól: 8.75 g; Sód: 3412,5 mg	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-21 do dnia 2026-10-30 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	
2026-10-24 sobota	Śniadanie	Tapioka na mleku 300 ml (<u>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>) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Tapioka na mleku 300 ml (<u>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>) Pomidor b/skórki 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Twarożek ze szczypiorkiem 140 g (<u>MLE,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Tapioka na mleku 300 ml (<u>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>) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 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>)	Jabłko 150 g	
	Obiad	Kapuśniak (1,6) 300 ml (<u>SEL,</u>) Schab pieczony szarpany 100 g Sos pomidorowy (1) 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z selera i marchwi (1,6) 100 g (<u>SEL,</u>) Brokuł gotowany * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zacierkowa (2) 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Pulpet wieprzowy pieczony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pomidorowy (2) 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Brokuł gotowany * 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kapuśniak (1,6) 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 Surówka z selera i marchwi (1,6) 100 g (<u>SEL,</u>) Brokuł gotowany * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kapuśniak (1,6) 300 ml (<u>SEL,</u>) Schab pieczony szarpany 100 g Sos pomidorowy (1) 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z selera i marchwi (1,6) 100 g (<u>SEL,</u>) Brokuł gotowany * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Koktajl z truskawek b/c 250 ml (<u>MLE,</u>)	Koktajl bananowy 250 ml (<u>MLE,</u>)	
	Kolacja	Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 45 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,</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	Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 45 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,</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	Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 45 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,</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	Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 45 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,</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	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Maślanka 150 ml (<u>MLE,</u>) Otręby pszenne 10 g (<u>GLU PSZ,</u>)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2330.61 kcal; Białko ogółem: 111.12 g; Tłuszcz: 80.94 g; Kw. tł. nasy.: 16.99 g; Węglowodany ogółem: 310.77 g; W tym cukry: 42.98 g; Błonnik pok.: 31.20 g; Sól: 6.39 g; Sód: 2492,1 mg	Wartość energetyczna: 2082.22 kcal; Białko ogółem: 106.72 g; Tłuszcz: 51.01 g; Kw. tł. nasy.: 15.38 g; Węglowodany ogółem: 313.57 g; W tym cukry: 36.77 g; Błonnik pok.: 24.18 g; Sól: 4.26 g; Sód: 1661,4 mg	Wartość energetyczna: 2274.98 kcal; Białko ogółem: 123.20 g; Tłuszcz: 75.00 g; Kw. tł. nasy.: 19.66 g; Węglowodany ogółem: 292.69 g; W tym cukry: 49.90 g; Błonnik pok.: 37.00 g; Sól: 8.20 g; Sód: 3198 mg	Wartość energetyczna: 2673.61 kcal; Białko ogółem: 119.22 g; Tłuszcz: 84.96 g; Kw. tł. nasy.: 19.00 g; Węglowodany ogółem: 382.39 g; W tym cukry: 99.92 g; Błonnik pok.: 37.19 g; Sól: 6.62 g; Sód: 2441,4 mg	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-21 do dnia 2026-10-30 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
2026-10-25 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>) Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 10 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>) Mus z jabłek () b/c 150 g Sałata zielona 10 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>) Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 10 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>) Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN	Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</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	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 rzepy, jabłka i marchewki (1) 100 g (<u>MLE,</u>) Fasolka szparagowa żółta * 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 Buraczki gotowane (2) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Ciasto drożdżowe 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Krem z brokuł (6) 300 ml (<u>SEL,</u>) Połędwiczki drobiowe pieczone w ziołach (6) 100 g Sos pieczeniowy (6) 50 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki (6) 100 g (<u>MLE,</u>) Fasolka szparagowa żółta * 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 rzepy, jabłka i marchewki (1) 100 g (<u>MLE,</u>) Fasolka szparagowa żółta * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Sernik 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,</u>)
	PD	Pomarańcza 150 g			Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia 120g 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,</u> <u>GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>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,</u> <u>GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>GLU ŻYT,</u>) Cykorja 40 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,</u> <u>GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>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 z/c* 200 ml
		Wartość energetyczna: 2501.73 kcal; Białko ogółem: 116.25 g; Tłuszcz: 73.38 g; Kw. tł. nasy.: 18.25 g; Węglowodany ogółem: 355.88 g; W tym cukry: 52.27 g; Błonnik pok.: 29.85 g; Sól: 10.42 g; Sód: 4063,8 mg	Wartość energetyczna: 2591.11 kcal; Białko ogółem: 112.05 g; Tłuszcz: 51.56 g; Kw. tł. nasy.: 12.92 g; Węglowodany ogółem: 368.73 g; W tym cukry: 62.43 g; Błonnik pok.: 28.42 g; Sól: 9.43 g; Sód: 3677,7 mg	Wartość energetyczna: 1810.75 kcal; Białko ogółem: 90.24 g; Tłuszcz: 48.91 g; Kw. tł. nasy.: 9.46 g; Węglowodany ogółem: 261.49 g; W tym cukry: 37.13 g; Błonnik pok.: 33.00 g; Sól: 11.27 g; Sód: 4395,3 mg	Wartość energetyczna: 2613.23 kcal; Białko ogółem: 116.98 g; Tłuszcz: 67.76 g; Kw. tł. nasy.: 17.14 g; Węglowodany ogółem: 394.99 g; W tym cukry: 84.21 g; Błonnik pok.: 30.08 g; Sól: 10.45 g; Sód: 4075,5 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-21 do dnia 2026-10-30 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	
2026-10-26 poniedziałek	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>) Rzodkiew biała 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 na kartki- wieprzowa,wędzona,parzona 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Pasta z ciecierzycy 100 g Margaryna porcjowa 10g 2 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	kasza jaglana na mleku 250 ml (<u>MLE,</u>) Szynka na kartki- wieprzowa,wędzona,parzona 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>) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g
	II ŚN			Śliwka 150 g	
	Obiad	fasolowa z ziemniakami z kielbasą (1,6)* 300 ml (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,</u>) Naleśniki razowe ze szpinakiem i mozarellą (1,6) 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Sos jogurtowo-czosnkowy 100 g (<u>MLE,</u>) Surówka z marchwi i jabłka 200 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	krupnik jęczmienny z ziemniakami (2) 300 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ,</u>) Pierogi z serem - 300 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Mus z truskawek* 150 g Surówka z marchwi i jabłka 200 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	fasolowa z ziemniakami z kielbasą (1,6)* 300 ml (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,</u>) Naleśniki razowe ze szpinakiem i mozarellą (1,6) 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Sos jogurtowo-czosnkowy 100 g (<u>MLE,</u>) Surówka z marchwi i jabłka 200 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	fasolowa z ziemniakami z kielbasą (1,6)* 300 ml (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,</u>) Naleśniki z dżemem truskawkowym (ruloniki) 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Surówka z marchwi i jabłka 200 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Słupki z marchewki 80 g	Jabłko pieczone z miodem 1 szt
	Kolacja	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 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 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 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>) Papryka świeża 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 Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</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
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 120g 1 szt		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 120g 1 szt
	Wartość energetyczna: 2068.65 kcal; Białko ogółem: 92.19 g; Tłuszcz: 66.78 g; Kw. tł. nasy.: 21.29 g; Węglowodany ogółem: 295.26 g; W tym cukry: 65.50 g; Błonnik pok.: 40.09 g; Sól: 6.74 g; Sód: 2628,6 mg		Wartość energetyczna: 2361.45 kcal; Białko ogółem: 99.47 g; Tłuszcz: 64.39 g; Kw. tł. nasy.: 13.33 g; Węglowodany ogółem: 367.20 g; W tym cukry: 81.75 g; Błonnik pok.: 33.51 g; Sól: 6.44 g; Sód: 2511,6 mg	Wartość energetyczna: 1903.14 kcal; Białko ogółem: 83.31 g; Tłuszcz: 63.65 g; Kw. tł. nasy.: 19.57 g; Węglowodany ogółem: 266.10 g; W tym cukry: 57.56 g; Błonnik pok.: 41.60 g; Sól: 9.84 g; Sód: 3837,6 mg	Wartość energetyczna: 2350.74 kcal; Białko ogółem: 82.23 g; Tłuszcz: 58.79 g; Kw. tł. nasy.: 13.95 g; Węglowodany ogółem: 398.64 g; W tym cukry: 121.12 g; Błonnik pok.: 40.48 g; Sól: 8.41 g; Sód: 3279,9 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-21 do dnia 2026-10-30 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	
2026-10-27 wtorek	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 Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Ketchup 25 g (<u>SEL,</u>) Cykorja 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 kiszony 100 g 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 Marchew gotowana (1,2)* 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 Marchew gotowana (1,2)* 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 Kalafior 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 Marchew gotowana (1,2)* 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 Bułka 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 25 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 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 25 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 Bułka 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 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN	Kisiel z truskawkami z/c* 250 ml			Kisiel z truskawkami b/c* 250 ml	Kisiel z truskawkami z/c* 250 ml
		Wartość energetyczna: 2687.84 kcal; Białko ogółem: 118.91 g; Tłuszcz: 97.11 g; Kw. tł. nasy.: 25.21 g; Węglowodany ogółem: 343.00 g; W tym cukry: 73.66 g; Błonnik pok.: 20.84 g; Sól: 8.63 g; Sód: 3365,7 mg	Wartość energetyczna: 2407.65 kcal; Białko ogółem: 117.13 g; Tłuszcz: 80.28 g; Kw. tł. nasy.: 23.73 g; Węglowodany ogółem: 316.00 g; W tym cukry: 71.95 g; Błonnik pok.: 21.71 g; Sól: 6.01 g; Sód: 2343,9 mg	Wartość energetyczna: 2530.94 kcal; Białko ogółem: 121.05 g; Tłuszcz: 102.73 g; Kw. tł. nasy.: 29.21 g; Węglowodany ogółem: 285.95 g; W tym cukry: 48.63 g; Błonnik pok.: 26.10 g; Sól: 11.25 g;	Wartość energetyczna: 2875.99 kcal; Białko ogółem: 127.47 g; Tłuszcz: 105.56 g; Kw. tł. nasy.: 29.96 g; Węglowodany ogółem: 361.43 g; W tym cukry: 74.35 g; Błonnik pok.: 21.90 g; Sól: 9.56 g; Sód: 4387,5 mg	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-21 do dnia 2026-10-30 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
2026-10-28 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, SO2,</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, SO2,</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, SO2,</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, SO2,</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 100 g Słupki z marchewki 100 g	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Mizeria 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>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g 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>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Mizeria 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>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Mizeria 100 g (<u>MLE,</u>) Cukinia pieczona z ziołami* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT,</u>)	Ciastka różne 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,</u>)
	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>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 25 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: 2036.40 kcal; Białko ogółem: 102.77 g; Tłuszcz: 61.27 g; Kw. tł. nasy.: 18.16 g; Węglowodany ogółem: 285.99 g; W tym cukry: 53.29 g; Błonnik pok.: 22.82 g; Sól: 6.21 g; Sód: 2421,9 mg	Wartość energetyczna: 1960.98 kcal; Białko ogółem: 100.60 g; Tłuszcz: 58.00 g; Kw. tł. nasy.: 16.16 g; Węglowodany ogółem: 271.58 g; W tym cukry: 63.69 g; Błonnik pok.: 18.12 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1836,9 mg	Wartość energetyczna: 2218.41 kcal; Białko ogółem: 113.62 g; Tłuszcz: 82.02 g; Kw. tł. nasy.: 20.26 g; Węglowodany ogółem: 270.15 g; W tym cukry: 29.29 g; Błonnik pok.: 30.67 g; Sól: 9.37 g; Sód: 3654,3 mg	Wartość energetyczna: 2354.64 kcal; Białko ogółem: 109.31 g; Tłuszcz: 77.33 g; Kw. tł. nasy.: 27.36 g; Węglowodany ogółem: 322.04 g; W tym cukry: 75.61 g; Błonnik pok.: 23.22 g; Sól: 6.46 g; Sód: 2519,4 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-21 do dnia 2026-10-30 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
2026-10-29 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 Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g
	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 pęczak/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem (1,6) 100 g 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 jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) 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, SOJ,</u>) kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem (1,6) 100 g 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 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	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: 2242.78 kcal; Białko ogółem: 93.36 g; Tłuszcz: 76.11 g; Kw. tł. nasy.: 15.02 g; Węglowodany ogółem: 325.12 g; W tym cukry: 45.06 g; Błonnik pok.: 39.02 g; Sól: 6.59 g; Sód: 2570,1 mg		Wartość energetyczna: 1973.80 kcal; Białko ogółem: 95.95 g; Tłuszcz: 52.60 g; Kw. tł. nasy.: 13.00 g; Węglowodany ogółem: 300.52 g; W tym cukry: 62.32 g; Błonnik pok.: 29.64 g; Sól: 5.17 g; Sód: 2016,3 mg	Wartość energetyczna: 2080.15 kcal; Białko ogółem: 90.63 g; Tłuszcz: 64.71 g; Kw. tł. nasy.: 14.21 g; Węglowodany ogółem: 309.59 g; W tym cukry: 46.89 g; Błonnik pok.: 45.25 g; Sól: 8.20 g; Sód: 3198 mg	Wartość energetyczna: 2310.29 kcal; Białko ogółem: 99.35 g; Tłuszcz: 69.42 g; Kw. tł. nasy.: 15.09 g; Węglowodany ogółem: 348.86 g; W tym cukry: 75.73 g; Błonnik pok.: 35.93 g; Sól: 8.42 g; Sód: 3283,8 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-21 do dnia 2026-10-30 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
2026-10-30 piątek	Śniadanie	Makaron drobny (orzo) na mleku 300 ml (GLU PSZ, 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,) Majonez 10 g (JAJ, GOR,) Rzodkiew biała 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Makaron drobny (orzo) na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Szynka na kartki- wieprzowa,wędzona,parzona 70 g Margaryna porcjowa 10 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ,) Cykoria 40 g Salata 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,) Rzodkiew biała 100 g Chrzan z jogurtem 20 g (MLE, S02,) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Makaron drobny (orzo) na mleku 300 ml (GLU PSZ, 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,) Rzodkiew biała 100 g Salata zielona 10 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE,) Majonez 10 g (JAJ, GOR,)
	II ŚN			Kiwi (g) 150 g	Banan 1szt. 1 szt
	Obiad	Barszcz biały z jajkiem (1) 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GLU ŻYT,) Kotlet z ryby (Miruna) smażony 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Ziemniaki gotowane młode 200 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem (1) 100 g Warzywa po grecku 100 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (2)* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pulpet rybny (Miruna) pieczony 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Sos cytrynowy (2) 50 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane młode 200 g Warzywa po grecku 200 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (6)* 300 ml (SEL,) Pulpet rybny (Miruna) pieczony 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Sos cytrynowy (6) 50 ml (SEL,) Ziemniaki gotowane młode 200 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem (6) 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz biały z jajkiem (1) 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GLU ŻYT,) Kotlet z ryby (Miruna) smażony 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Ziemniaki gotowane młode 200 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem (1) 100 g Warzywa po grecku 100 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 35 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,) Margaryna porcjowa 10 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT,)	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt
	Kolacja	Schab pieczony 70 g Margaryna porcjowa 10 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Papryka świeża 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Schab pieczony 70 g Margaryna porcjowa 10 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ,) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Schab pieczony 70 g Margaryna porcjowa 10 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT,) Papryka świeża 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Schab pieczony 70 g Margaryna porcjowa 10 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Papryka świeża 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PZ	Budyń czekoladowy z/c 200 ml (MLE,)	Kisiel z aroni z/c * 200 ml	Budyń czekoladowy b/c 200 ml (MLE,)	Budyń czekoladowy z/c 200 ml (MLE,)
		Wartość energetyczna: 2149.67 kcal; Białko ogółem: 107.70 g; Tłuszcz: 76.68 g; Kw. tł. nasy.: 18.04 g; Węglowodany ogółem: 277.45 g; W tym cukry: 58.97 g; Błonnik pok.: 28.97 g; Sól: 6.02 g; Sód: 2347,8 mg	Wartość energetyczna: 1837.17 kcal; Białko ogółem: 98.79 g; Tłuszcz: 45.31 g; Kw. tł. nasy.: 10.69 g; Węglowodany ogółem: 274.76 g; W tym cukry: 69.62 g; Błonnik pok.: 27.51 g; Sól: 5.28 g; Sód: 2059,2 mg	Wartość energetyczna: 1958.07 kcal; Białko ogółem: 100.96 g; Tłuszcz: 61.88 g; Kw. tł. nasy.: 14.63 g; Węglowodany ogółem: 260.94 g; W tym cukry: 43.79 g; Błonnik pok.: 28.81 g; Sól: 7.88 g; Sód: 3073,2 mg	Wartość energetyczna: 2557.52 kcal; Białko ogółem: 116.99 g; Tłuszcz: 81.48 g; Kw. tł. nasy.: 20.99 g; Węglowodany ogółem: 360.14 g; W tym cukry: 132.20 g; Błonnik pok.: 32.40 g; Sól: 6.26 g; Sód: 2441,4 mg

Oznaczenia wskaźników odż.:

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

Białko ogółem - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,

Tłuszcz - Tłuszcz,

Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,

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,