

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-21 do dnia 2026-02-28 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
2026-02-21 sobota	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (SOJ.) 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 Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (SOJ.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (SOJ.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT.) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (SOJ.) 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 Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt
	Obiad	Rosół z makaronem (1,2)* 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Udko z kurczaka pieczone z/k z/s 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty czerwonej (1) 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem (1,2)* 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Udko z kurczaka gotowane z/k z/s 120 g Sos bazyliowy (2) 50 ml (GLU PSZ. SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem (6) pełnoziarnisty* 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Udko z kurczaka gotowane z/k z/s 120 g Sos bazyliowy (6) 50 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty czerwonej (6) 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem (1,2)* 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Udko z kurczaka pieczone z/k z/s 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty czerwonej (1) 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Ser żółty 35 g (MLE.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.)	Ciastka różne 40 g (GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE.)
	Kolacja	Schab pieczony 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.) Ogórek świeży 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 (GLU PSZ.) Pomidor b/skórki 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 Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT.) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Schab pieczony 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.) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ. JAJ. MLE.)		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.) Płatki owsiane 10 g (GLU OW.)	Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ. JAJ. MLE.)
		Wartość energetyczna: 2276.39 kcal; Białko ogółem: 126.38 g; Tłuszcz: 69.65 g; Kw. tł. nasy.: 17.34 g; Węglowodany ogółem: 299.61 g; W tym cukry: 35.40 g; Błonnik pok.: 26.07 g; Sól: 6.37 g; WW: 27.33 Por; Sód: 2484,3 mg	Wartość energetyczna: 2183.14 kcal; Białko ogółem: 128.48 g; Tłuszcz: 62.41 g; Kw. tł. nasy.: 16.12 g; Węglowodany ogółem: 288.49 g; W tym cukry: 43.64 g; Błonnik pok.: 22.58 g; Sól: 4.87 g; WW: 26.58 Por; Sód: 1899,3 mg	Wartość energetyczna: 2311.86 kcal; Białko ogółem: 129.26 g; Tłuszcz: 81.20 g; Kw. tł. nasy.: 24.66 g; Węglowodany ogółem: 275.18 g; W tym cukry: 44.99 g; Błonnik pok.: 26.91 g; Sól: 8.80 g; WW: 24.67 Por; Sód: 3432 mg	Wartość energetyczna: 2528.39 kcal; Białko ogółem: 128.80 g; Tłuszcz: 82.52 g; Kw. tł. nasy.: 24.25 g; Węglowodany ogółem: 331.47 g; W tym cukry: 46.87 g; Błonnik pok.: 25.73 g; Sól: 6.59 g; WW: 30.51 Por; Sód: 2570,1 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-21 do dnia 2026-02-28 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
2026-02-22 niedziela	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g (<u>JAJ, GOR,</u>) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Szynkowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Pasta z jaj ze szczypiorkiem (6) 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g (<u>JAJ, GOR,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Kiwi 1 szt	
	Obiad	Krem z brokuł (1) 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Szarpana wieprzowina 100 g Sos pieczeniowy 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Kasza gryczana 200 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki (1) 100 g (<u>MLE,</u>) Fasolka szparagowa żółta * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Szariotka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)	Krem z brokuł (2) 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Szarpana wieprzowina 100 g Sos pieczeniowy 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) 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>) Szarpana wieprzowina 100 g Sos pieczeniowy (6) 50 ml (<u>SEL,</u>) Kasza gryczana 200 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki (6) 100 g (<u>MLE,</u>) Fasolka szparagowa żółta * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krem z brokuł (1) 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Szarpana wieprzowina 100 g Sos pieczeniowy 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Kasza gryczana 200 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki (1) 100 g (<u>MLE,</u>) Fasolka szparagowa żółta * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Szariotka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)
	PD			Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 35 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT,</u>)	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)
	Kolacja	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Cykoria 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, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
	PZ	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE,</u>)			
		Wartość energetyczna: 2729.50 kcal; Białko ogółem: 122.01 g; Tłuszcz: 103.67 g; Kw. tł. nasy.: 26.12 g; Węglowodany ogółem: 334.75 g; W tym cukry: 47.67 g; Błonnik pok.: 25.79 g; Sól: 6.44 g; WW: 30.90 Por; Sód: 2511,6 mg	Wartość energetyczna: 2581.36 kcal; Białko ogółem: 122.28 g; Tłuszcz: 67.62 g; Kw. tł. nasy.: 17.50 g; Węglowodany ogółem: 316.65 g; W tym cukry: 57.52 g; Błonnik pok.: 20.54 g; Sól: 7.44 g; WW: 29.56 Por; Sód: 2901,6 mg	Wartość energetyczna: 2024.55 kcal; Białko ogółem: 102.96 g; Tłuszcz: 68.52 g; Kw. tł. nasy.: 15.93 g; Węglowodany ogółem: 254.11 g; W tym cukry: 42.59 g; Błonnik pok.: 23.55 g; Sól: 8.37 g; WW: 22.95 Por; Sód: 3264,3 mg	Wartość energetyczna: 2886.00 kcal; Białko ogółem: 131.39 g; Tłuszcz: 102.25 g; Kw. tł. nasy.: 27.40 g; Węglowodany ogółem: 372.79 g; W tym cukry: 83.71 g; Błonnik pok.: 29.22 g; Sól: 6.59 g; WW: 34.43 Por; Sód: 2570,1 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-21 do dnia 2026-02-28 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
2026-02-23 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 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>) Rzodkiew biała 100 g Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>) 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>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 120 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 120 g Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Rzodkiew biała 100 g Musztarda 20 g (<u>GOR.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 120 g Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, 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>) Rzodkiew biała 100 g Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Maślanka 200 ml (<u>MLE.</u>) Otręby pszenne 10 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Sok jabłkowo-aroniowy 0,2L NFC -100% tłoczony 1 szt
	Obiad	Zupa szczawiowa z jajkiem (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) sos warzywny z ciecierzycą (1) 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem (1,6) 100 g Marchew gotowana (2) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (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 naturalny z/c 100 g (<u>MLE.</u>) Marchew gotowana (2) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa szczawiowa z jajkiem (6) 300 ml (<u>JAJ, SEL.</u>) sos warzywny z ciecierzycą (6) 150 g Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem (1,6) 100 g Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa szczawiowa z jajkiem (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kluski leniwe z serem z masłem i bułką tartą 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			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>)	Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</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 Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 70 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pomidor b/skórki 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 70 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 110 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 70 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</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
	PZ	Budyń czekoladowy z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Kisiel z aroni z/c * 200 ml	Budyń czekoladowy b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Budyń czekoladowy z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2362.28 kcal; Białko ogółem: 82.78 g; Tłuszcz: 93.25 g; Kw. tł. nasy.: 27.69 g; Węglowodany ogółem: 306.02 g; W tym cukry: 55.07 g; Błonnik pok.: 34.00 g; Sól: 12.04 g; WW: 27.33 Por; Sód: 4695,6 mg	Wartość energetyczna: 2416.26 kcal; Białko ogółem: 89.16 g; Tłuszcz: 85.45 g; Kw. tł. nasy.: 27.87 g; Węglowodany ogółem: 330.54 g; W tym cukry: 74.88 g; Błonnik pok.: 28.32 g; Sól: 7.73 g; WW: 30.42 Por; Sód: 3014,7 mg	Wartość energetyczna: 2258.16 kcal; Białko ogółem: 84.12 g; Tłuszcz: 97.81 g; Kw. tł. nasy.: 28.31 g; Węglowodany ogółem: 263.63 g; W tym cukry: 40.87 g; Błonnik pok.: 27.57 g; Sól: 13.70 g; WW: 23.64 Por; Sód: 5343 mg	Wartość energetyczna: 2992.09 kcal; Białko ogółem: 102.96 g; Tłuszcz: 110.69 g; Kw. tł. nasy.: 39.68 g; Węglowodany ogółem: 410.94 g; W tym cukry: 116.24 g; Błonnik pok.: 26.51 g; Sól: 13.81 g; WW: 38.53 Por; Sód: 5385,9 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-21 do dnia 2026-02-28 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
2026-02-24 wtorek	Śniadanie	ryż na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy,grubo rozdrobiony,parzony,zapiekany z dod.biał.mleka w osłonce niejadalnej. 70 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL,</u>) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Papryka konserwowa 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	ryż na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy,grubo rozdrobiony,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>) Cykoria 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kurczak zapiekany-produkt drobiowy,grubo rozdrobiony,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>) 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>) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy,grubo rozdrobiony,parzony,zapiekany z dod.biał.mleka w osłonce niejadalnej. 70 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL,</u>) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Mandarynka 150 g	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kotlet drobiowy smażony 100 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z pora, jabłka i marchewki (1) 100 g (<u>MLE,</u>) Cukinia pieczona z ziołami* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (2) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos majerankowy (2) 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Cukinia pieczona z ziołami* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (6) 300 ml (<u>SEL,</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos majerankowy (6) 50 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z pora, jabłka i marchewki (6) 100 g (<u>MLE,</u>) Cukinia pieczona z ziołami* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z pora, jabłka i marchewki (1) 100 g (<u>MLE,</u>) Cukinia pieczona z ziołami* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 35 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT,</u>)	Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, 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>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Pasta z twarogu waniliowa 100 g (<u>MLE,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Miód (25g) 1 szt Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Pasta z twarogu i rzodkiewki 140 g (<u>MLE,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 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>) Pomidor 100 g Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g (<u>MLE,</u>)		Koktajl truskawkowy b/c* 200 ml (<u>MLE,</u>)	Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g (<u>MLE,</u>)
		Wartość energetyczna: 2029.35 kcal; Białko ogółem: 98.65 g; Tłuszcz: 57.23 g; Kw. tł. nasy.: 15.19 g; Węglowodany ogółem: 293.75 g; W tym cukry: 56.15 g; Błonnik pok.: 27.48 g; Sól: 8.03 g; WW: 26.70 Por; Sód: 3131,7 mg	Wartość energetyczna: 2007.57 kcal; Białko ogółem: 99.17 g; Tłuszcz: 52.39 g; Kw. tł. nasy.: 14.41 g; Węglowodany ogółem: 295.13 g; W tym cukry: 67.36 g; Błonnik pok.: 19.19 g; Sól: 5.95 g; WW: 27.70 Por; Sód: 2320,5 mg	Wartość energetyczna: 1914.47 kcal; Białko ogółem: 99.92 g; Tłuszcz: 53.48 g; Kw. tł. nasy.: 13.87 g; Węglowodany ogółem: 266.74 g; W tym cukry: 53.19 g; Błonnik pok.: 24.73 g; Sól: 9.73 g; WW: 24.22 Por; Sód: 3794,7 mg	Wartość energetyczna: 2373.78 kcal; Białko ogółem: 110.41 g; Tłuszcz: 64.45 g; Kw. tł. nasy.: 18.13 g; Węglowodany ogółem: 351.88 g; W tym cukry: 94.58 g; Błonnik pok.: 30.54 g; Sól: 7.86 g; WW: 32.34 Por; Sód: 3065,4 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-21 do dnia 2026-02-28 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
2026-02-25 środa	Śniadanie	kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE.) Pasta z ciecierzycy 100 g Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (SOJ.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Pomidor b/skórki 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Pasta z ciecierzycy 100 g Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT.) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	kasza jaglana na mleku 250 ml (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (SOJ.) 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 Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g
	II ŚN			Śliwka 150 g	
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * (1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, S02.) mięso z łopatki wieprzowej z sosem bolońskim (1) 150 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron Spaghetti razowy 200 g Sałatka szwedzka z olejem (1,6) 200 g (GOR.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grycikowa z ziemniakami*(2) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) mięso z łopatki wieprzowej z sosem bolońskim (2) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron Spaghetti 200 g (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * (6) 300 ml (SEL, S02.) mięso z łopatki wieprzowej z sosem bolońskim (6) 150 g (MLE, SEL.) Makaron Spaghetti razowy 200 g Sałatka szwedzka z olejem (1,6) 100 g (GOR.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * (1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, S02.) mięso z łopatki wieprzowej z sosem bolońskim (1) 150 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron Spaghetti razowy 200 g Sałatka szwedzka z olejem (1,6) 200 g (GOR.) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.) Płatki owsiane 10 g (GLU OW.)	Jabłko pieczone z miodem 1 szt
	Kolacja	Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 45 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Sałatka z ryżu i tuńczyka (1) 150 g (JAJ, RYB, GOR.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Sałatka z ryżu i tuńczyka (2) 150 g (RYB, MLE.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) 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 (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Sałatka z ryżu brązowego i tuńczyka (6) 150 g (RYB, MLE.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT.) 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 (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Sałatka z ryżu i tuńczyka (1) 150 g (JAJ, RYB, GOR.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Budyń o smaku waniliowym z/c 250 ml (MLE.)		Budyń o smaku waniliowym b/c 250 ml (MLE.)	Budyń o smaku waniliowym z/c 250 ml (MLE.)
		Wartość energetyczna: 2631.12 kcal; Białko ogółem: 115.88 g; Tłuszcz: 104.74 g; Kw. tł. nasy.: 23.19 g; Węglowodany ogółem: 311.05 g; W tym cukry: 57.71 g; Błonnik pok.: 26.70 g; Sól: 8.90 g; WW: 28.48 Por; Sód: 3471 mg	Wartość energetyczna: 2369.76 kcal; Białko ogółem: 129.00 g; Tłuszcz: 66.41 g; Kw. tł. nasy.: 18.31 g; Węglowodany ogółem: 325.18 g; W tym cukry: 58.19 g; Błonnik pok.: 21.12 g; Sól: 6.28 g; WW: 30.43 Por; Sód: 2449,2 mg	Wartość energetyczna: 2327.67 kcal; Białko ogółem: 109.39 g; Tłuszcz: 83.70 g; Kw. tł. nasy.: 21.78 g; Węglowodany ogółem: 283.44 g; W tym cukry: 51.62 g; Błonnik pok.: 25.40 g; Sól: 8.43 g; WW: 25.74 Por; Sód: 3287,7 mg	Wartość energetyczna: 2719.72 kcal; Białko ogółem: 121.67 g; Tłuszcz: 99.25 g; Kw. tł. nasy.: 22.44 g; Węglowodany ogółem: 346.23 g; W tym cukry: 84.02 g; Błonnik pok.: 27.80 g; Sól: 10.77 g; WW: 31.89 Por; Sód: 4200,3 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-21 do dnia 2026-02-28 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
2026-02-26 czwartek	Śniadanie	płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Ogórek kiszony 100 g Majonez 10 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Cykoria 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Ogórek kiszony 100 g Chrzan z jogurtem 20 g (<u>MLE, S02.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Ogórek kiszony 100 g Majonez 10 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Kiwi 1 szt 1 szt	
	Obiad	kalafiorowa z ziemniakami (1) 300 ml (<u>SEL.</u>) Kotlet schabowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z marchwi i selera z olejem (1,6) 100 g (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zacierkowa (2) 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Schab gotowany szarpany 100 g Sos bazyliowy (2) 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	kalafiorowa z ziemniakami (6) 300 ml (<u>SEL.</u>) Schab gotowany szarpany 100 g Sos bazyliowy (6) 50 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z marchwi i selera z olejem (1,6) 100 g (<u>SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	kalafiorowa z ziemniakami (1) 300 ml (<u>SEL.</u>) Kotlet schabowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z marchwi i selera z olejem (1,6) 100 g (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 35 g (<u>SOJ.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>)	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Twarożek ze szczypiorkiem 100 g (<u>MLE.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szpinak baby 20 g 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	Twarożek ze szczypiorkiem 100 g (<u>MLE.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 120g 1 szt		Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 120g 1 szt
		Wartość energetyczna: 2281.19 kcal; Białko ogółem: 110.66 g; Tłuszcz: 76.15 g; Kw. tł. nasy.: 18.51 g; Węglowodany ogółem: 301.41 g; W tym cukry: 58.38 g; Błonnik pok.: 29.29 g; Sól: 6.88 g; WW: 27.25 Por; Sód: 2683,2 mg	Wartość energetyczna: 1908.52 kcal; Białko ogółem: 109.69 g; Tłuszcz: 40.60 g; Kw. tł. nasy.: 13.29 g; Węglowodany ogółem: 285.83 g; W tym cukry: 59.58 g; Błonnik pok.: 22.05 g; Sól: 2.93 g; WW: 26.43 Por; Sód: 1142,7 mg	Wartość energetyczna: 1917.91 kcal; Białko ogółem: 106.23 g; Tłuszcz: 54.91 g; Kw. tł. nasy.: 15.94 g; Węglowodany ogółem: 254.26 g; W tym cukry: 36.18 g; Błonnik pok.: 20.72 g; Sól: 10.84 g; WW: 23.40 Por; Sód: 4227,6 mg	Wartość energetyczna: 2469.39 kcal; Białko ogółem: 119.70 g; Tłuszcz: 80.45 g; Kw. tł. nasy.: 21.04 g; Węglowodany ogółem: 334.47 g; W tym cukry: 91.42 g; Błonnik pok.: 31.92 g; Sól: 7.04 g; WW: 30.35 Por; Sód: 4227,6 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-21 do dnia 2026-02-28 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
2026-02-27 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 70 g Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Pomidor 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>) 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 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>) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 70 g Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN		Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE.</u>) Otręby pszenne 10 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Ciastka różne 40 g (<u>GLU PSZ, SEZ, GLU OW.</u>)
	Obiad	krem z czerwonych buraków (1)* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba smażona (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszonej (1,6) 100 g Szpinak gotowany (1)* 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	krem z czerwonych buraków (2)* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy (2) 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszonej (1,6) 100 g Szpinak gotowany (2)* 200 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	jarzynowa z ziemniakami (6)* 300 ml (<u>SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy (6) 50 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszonej (1,6) 100 g Szpinak gotowany (6)* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 40 g (<u>może zawierać: SOJ, SEL, GOR.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</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>) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Paszтет z soczewicy () 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g
	PN	Kisiel z truskawkami z/c* 200 ml	Kisiel z truskawkami b/c* 200 ml	Kisiel z truskawkami z/c* 200 ml
		Wartość energetyczna: 2280.16 kcal; Białko ogółem: 103.61 g; Tłuszcz: 64.96 g; Kw. tł. nasy.: 12.36 g; Węglowodany ogółem: 335.70 g; W tym cukry: 50.50 g; Błonnik pok.: 35.23 g; Sól: 7.13 g; WW: 30.16 Por; Sód: 2780,7 mg	Wartość energetyczna: 1852.43 kcal; Białko ogółem: 86.18 g; Tłuszcz: 44.70 g; Kw. tł. nasy.: 9.27 g; Węglowodany ogółem: 288.67 g; W tym cukry: 64.27 g; Błonnik pok.: 27.15 g; Sól: 4.94 g; WW: 26.24 Por; Sód: 1926,6 mg	Wartość energetyczna: 2077.10 kcal; Białko ogółem: 98.08 g; Tłuszcz: 66.20 g; Kw. tł. nasy.: 12.97 g; Węglowodany ogółem: 282.50 g; W tym cukry: 30.94 g; Błonnik pok.: 31.69 g; Sól: 9.34 g; WW: 25.12 Por; Sód: 3642,6 mg
		Wartość energetyczna: 2295.77 kcal; Białko ogółem: 98.89 g; Tłuszcz: 61.67 g; Kw. tł. nasy.: 16.17 g; Węglowodany ogółem: 347.39 g; W tym cukry: 81.40 g; Błonnik pok.: 30.87 g; Sól: 9.36 g; WW: 31.73 Por; Sód: 3650,4 mg		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-21 do dnia 2026-02-28 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
2026-02-28 sobota	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (SOJ.) 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.) Papryka konserwowa 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (SOJ.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Cykorja 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (SOJ.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT.) Papryka żółta 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (SOJ.) 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.) 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 100 g	Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (MLE.)
	Obiad	Pomidorowa z makaronem nitki (1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kotlet mielony wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (1,6) 100 g Marchew oprószana (1)* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem nitki (2) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pieczeniowy (2) 50 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (2)* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem brązowym (6) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy (6) 50 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (1,6) 100 g bukiet warzyw euro mix * 100 g (może zawierać: SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem nitki (1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kotlet mielony wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (1,6) 100 g Marchew oprószana (1)* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Gruszka 150 g	
	Kolacja	Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Serek homo. naturalny 140 g (MLE.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT.) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 25 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 (GLU ŻYT.)	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt
		Wartość energetyczna: 2214.39 kcal; Białko ogółem: 93.23 g; Tłuszcz: 70.84 g; Kw. tł. nasy.: 13.66 g; Węglowodany ogółem: 313.91 g; W tym cukry: 47.97 g; Błonnik pok.: 25.55 g; Sól: 7.03 g; WW: 28.94 Por; Sód: 2741,7 mg	Wartość energetyczna: 1834.37 kcal; Białko ogółem: 89.11 g; Tłuszcz: 42.39 g; Kw. tł. nasy.: 10.29 g; Węglowodany ogółem: 285.85 g; W tym cukry: 51.77 g; Błonnik pok.: 21.23 g; Sól: 4.87 g; WW: 26.65 Por; Sód: 1899,3 mg	Wartość energetyczna: 1977.20 kcal; Białko ogółem: 97.83 g; Tłuszcz: 54.68 g; Kw. tł. nasy.: 9.70 g; Węglowodany ogółem: 278.09 g; W tym cukry: 46.18 g; Błonnik pok.: 26.69 g; Sól: 8.70 g; WW: 25.10 Por; Sód: 3393 mg	Wartość energetyczna: 2425.74 kcal; Białko ogółem: 99.06 g; Tłuszcz: 73.98 g; Kw. tł. nasy.: 15.94 g; Węglowodany ogółem: 355.38 g; W tym cukry: 90.75 g; Błonnik pok.: 29.58 g; Sól: 6.47 g; WW: 32.74 Por; Sód: 2523,3 mg

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
- Sód,
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,