

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-01 do dnia 2026-04-10 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.z) Podstawowa | |
|------------------|---------------------------|---|--|---|--|
| 2026-04-01 środa | Śniadanie | Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 70 g Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 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 na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT.) Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 70 g Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml |
| | II ŚN | | | Kiwi 1 szt | |
| | Obiad | kałafiorowa z ziemniakami (1) 300 ml (SEL.) Kotlet mielony wieprzowy (1) 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty czerwonej (1) 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml | Zacierkowa (2) 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy (2) 50 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml | kałafiorowa z ziemniakami (6) 300 ml (SEL.) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy (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 | kałafiorowa z ziemniakami (1) 300 ml (SEL.) Kotlet mielony wieprzowy (1) 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty czerwonej (1) 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml |
| | PD | | | Ser żółty 35 g (MLE.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) | Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.) |
| | Kolacja | Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Dżem 25 g 1 szt Margaryna porcjowa 10g 1 szt Sałata zielona 10 g Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Dżem 25 g 1 szt Margaryna porcjowa 10g 1 szt Sałata zielona 10 g Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Serek homo. naturalny 140 g (MLE.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT.) Rzodkiewka 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 Miód (25g) 1 szt Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml |
| | PN | Galaretka malinowa słodka 150 g | | Galaretka malinowa b/c 150 g | Galaretka malinowa słodka 150 g |
| | | Wartość energetyczna: 2080.08 kcal; Białko ogółem: 91.05 g; Tłuszcz: 59.99 g; Kw. tł. nasy.: 13.51 g; Węglowodany ogółem: 314.32 g; W tym cukry: 73.73 g; Błonnik pok.: 27.22 g; Sól: 7.67 g; | Wartość energetyczna: 2034.02 kcal; Białko ogółem: 96.45 g; Tłuszcz: 42.21 g; Kw. tł. nasy.: 11.84 g; Węglowodany ogółem: 333.48 g; W tym cukry: 89.67 g; Błonnik pok.: 26.17 g; Sól: 4.59 g; | Wartość energetyczna: 1927.98 kcal; Białko ogółem: 98.07 g; Tłuszcz: 59.20 g; Kw. tł. nasy.: 17.51 g; Węglowodany ogółem: 260.91 g; W tym cukry: 37.16 g; Błonnik pok.: 26.85 g; Sól: 9.79 g; | Wartość energetyczna: 2289.68 kcal; Białko ogółem: 96.53 g; Tłuszcz: 64.46 g; Kw. tł. nasy.: 16.09 g; Węglowodany ogółem: 352.81 g; W tym cukry: 109.77 g; Błonnik pok.: 30.65 g; Sól: 7.84 g; |
| | Sód:2991 mg | Sód: 1790 mg | Sód: 3818 mg | Sód: 3058 mg | |

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-01 do dnia 2026-04-10 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 |
|---------------------|-----------|---|--|---|---|
| 2026-04-02 czwartek | Śniadanie | kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (może zawierać: MLE, GOR,) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (może zawierać: MLE, GOR,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ,) Pomidor b/skórki 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (może zawierać: MLE, GOR,) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT,) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | kasza jaglana na mleku 250 ml (MLE,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (może zawierać: MLE, GOR,) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g |
| | II ŚN | Śliwka 150 g | | | |
| | Obiad | Pieczarkowa z ziemniakami * (1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, S02,) mięso z łopatki wieprzowej z sosem bolońskim (1) 150 g (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron Spaghetti razowy 200 g Sałatka szwedzka z olejem (1,6) 200 g (GOR,) Kompot owocowy* b/c 250 ml | Grycikowa z ziemniakami*(2) 300 ml (GLU PSZ, SEL,) mięso z łopatki wieprzowej z sosem bolońskim (2) 150 g (GLU PSZ, SEL,) Makaron Spaghetti 200 g (GLU PSZ,) Cukinia pieczona z koncentratem* 200 g 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,) Cukinia pieczona z koncentratem* 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 | | | Maślanka 150 ml (MLE,) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,) |
| | Kolacja | Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (SOJ,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (SOJ,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ,) buraczki z jabłkiem 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (SOJ,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT,) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (SOJ,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml |
| | PN | Budyń o smaku waniliowym z/c 250 ml (MLE,) | | Budyń o smaku waniliowym b/c 250 ml (MLE,) | Budyń o smaku waniliowym z/c 250 ml (MLE,) |
| | | Wartość energetyczna: 2199.99 kcal; Białko ogółem: 114.03 g; Tłuszcz: 73.26 g; Kw. tł. nasy.: 19.78 g; Węglowodany ogółem: 279.04 g; W tym cukry: 58.08 g; Błonnik pok.: 20.79 g; Sól: 10.38 g; | Wartość energetyczna: 2261.04 kcal; Białko ogółem: 120.06 g; Tłuszcz: 61.50 g; Kw. tł. nasy.: 16.51 g; Węglowodany ogółem: 313.58 g; W tym cukry: 65.74 g; Błonnik pok.: 19.53 g; Sól: 6.26 g; | Wartość energetyczna: 2085.98 kcal; Białko ogółem: 105.78 g; Tłuszcz: 66.59 g; Kw. tł. nasy.: 17.22 g; Węglowodany ogółem: 262.65 g; W tym cukry: 59.76 g; Błonnik pok.: 18.46 g; Sól: 10.55 g; | Wartość energetyczna: 2324.22 kcal; Białko ogółem: 119.01 g; Tłuszcz: 76.48 g; Kw. tł. nasy.: 21.85 g; Węglowodany ogółem: 298.70 g; W tym cukry: 68.97 g; Błonnik pok.: 22.89 g; Sól: 10.50 g; |

Sód: 4048 mg

Sód: 2441 mg

Sód: 4114,5 mg

Sód: 4095 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-01 do dnia 2026-04-10 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 |
|-------------------|-----------|---|---|--|--|
| 2026-04-03 piątek | Śniadanie | Makaron drobny (orzo) na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Pasta z jaj 100 g (<u>JAJ, 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>) 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>) Serek Fromage 100 g (<u>GLU PSZ, MLE,</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 | Pasta z jaj (6) 100 g (<u>JAJ, 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 | Makaron drobny (orzo) na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Pasta z jaj 100 g (<u>JAJ, 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>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE,</u>) |
| | II ŚN | | | Gruszka 150 g | Sałatka owocowa ze słonecznikiem 200 g |
| | Obiad | Barszcz biały z jajkiem (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Kotlet z ryby (Miruna) 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) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos cytrynowy (2) 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (1,6) 100 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) 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) 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 | | | Serek Fromage 60 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT,</u>) | Banan 1szt. 1 szt |
| | Kolacja | Hummus z ciecierzycy 100 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>) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | Pasta warzywna*(2) 100 g (<u>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 | Hummus z ciecierzycy 100 g 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 | Ser żółty 70 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>) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml |
| | PN | Kisiel z czarnej porzeczeki z/c* 200 ml | | Kisiel z czarnej porzeczeki b/c* 200 ml | Kisiel z czarnej porzeczeki z/c* 200 ml |
| | | Wartość energetyczna: 2197.48 kcal; Białko ogółem: 85.77 g; Tłuszcz: 78.19 g; Kw. tł. nasy.: 14.73 g; Węglowodany ogółem: 309.75 g; W tym cukry: 54.23 g; Błonnik pok.: 34.89 g; Sól: 5.72 g; | Wartość energetyczna: 2200.80 kcal; Białko ogółem: 77.19 g; Tłuszcz: 81.01 g; Kw. tł. nasy.: 33.99 g; Węglowodany ogółem: 306.54 g; W tym cukry: 83.65 g; Błonnik pok.: 34.51 g; Sól: 4.48 g; | Wartość energetyczna: 2158.59 kcal; Białko ogółem: 77.66 g; Tłuszcz: 80.73 g; Kw. tł. nasy.: 25.18 g; Węglowodany ogółem: 287.42 g; W tym cukry: 40.34 g; Błonnik pok.: 29.46 g; Sól: 7.74 g; | Wartość energetyczna: 2798.58 kcal; Białko ogółem: 110.20 g; Tłuszcz: 96.08 g; Kw. tł. nasy.: 29.81 g; Węglowodany ogółem: 397.10 g; W tym cukry: 137.44 g; Błonnik pok.: 37.72 g; Sól: 7.30 g; |
| | | Sód: 2231 mg | Sód: 1747 mg | Sód: 3019 mg | Sód: 2847 mg |

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-01 do dnia 2026-04-10 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 |
|-------------------|--|--|--|--|---|
| 2026-04-04 sobota | Śniadanie | Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Twarożek ze szczypiorkiem 100 g (MLE,) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE,) 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 | Twarożek ze szczypiorkiem 140 g (MLE,) 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 | Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Twarożek ze szczypiorkiem 100 g (MLE,) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml |
| | II ŚN | | | Śliwka 150 g | Jabłko pieczone z miodem i orzechami 1 szt (ORZ,) |
| | Obiad | Rosół z makaronem nitki 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Kotlet drobiowy z piersi kurczaka 100 g (GLU PSZ,) Ziemniaki gotowane 200 g Sałata zielona ze śmietaną (1) 100 g (MLE,) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml | Rosół z makaronem nitki 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Bitka z piersi kurczaka duszona 100 g (GLU PSZ,) Sos majerankowy (2) 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml | Rosół z makaronem brązowym (6) 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Bitka z piersi kurczaka duszona 100 g (GLU PSZ,) Sos pomidorowo-paprykowy (6) 50 ml Ziemniaki gotowane 200 g Sałata zielona z jogurtem greckim (6) 100 g (MLE,) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml | Rosół z makaronem nitki 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Kotlet drobiowy z piersi kurczaka 100 g (GLU PSZ,) Sos pomidorowo-paprykowy (1) 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki gotowane 200 g Sałata zielona ze śmietaną (1) 100 g (MLE,) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml |
| | PD | | | Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 35 g (może zawierać: SOJ, SEL, GOR,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT,) | Serek homogenizowany o smaku waniliowym 140g 1 szt (MLE,) |
| | Kolacja | Ryba w galarecie (1) 150 g (JAJ, RYB,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | Ryba w galarecie (2) 150 g (RYB,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ,) Cykorcia 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | Ryba w galarecie (6) 150 g (JAJ, RYB, GOR,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT,) Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | Ryba w galarecie (1) 150 g (JAJ, RYB,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Rzodkiewka 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml |
| | PN | Jogurt jogobella 1 szt (MLE,) | Jogurt jogobella 1 szt (MLE,) | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,) | Jogurt jogobella 1 szt (MLE,) |
| | Wartość energetyczna: 2106.18 kcal; Białko ogółem: 134.80 g; Tłuszcz: 60.35 g; Kw. tł. nasy.: 17.74 g; Węglowodany ogółem: 273.20 g; W tym cukry: 30.52 g; Błonnik pok.: 23.59 g; Sól: 6.64 g; | Wartość energetyczna: 1974.24 kcal; Białko ogółem: 132.60 g; Tłuszcz: 53.31 g; Kw. tł. nasy.: 13.02 g; Węglowodany ogółem: 254.27 g; W tym cukry: 33.71 g; Błonnik pok.: 21.33 g; Sól: 3.27 g; | Wartość energetyczna: 2098.72 kcal; Białko ogółem: 135.85 g; Tłuszcz: 67.08 g; Kw. tł. nasy.: 19.81 g; Węglowodany ogółem: 240.81 g; W tym cukry: 34.01 g; Błonnik pok.: 17.24 g; Sól: 9.15 g; | Wartość energetyczna: 2569.77 kcal; Białko ogółem: 147.48 g; Tłuszcz: 77.88 g; Kw. tł. nasy.: 21.85 g; Węglowodany ogółem: 341.12 g; W tym cukry: 66.45 g; Błonnik pok.: 31.52 g; Sól: 5.06 g; | |
| | Sód: 2590 mg | Sód: 1275,3 mg | Sód: 3569 mg | Sód: 1973 mg | |

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-01 do dnia 2026-04-10 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 | |
|----------------------|---|--|---|---|---|
| 2026-04-05 niedziela | Śniadanie | Ryż na mleku 300 ml (MLE,) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g 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,) Ogórek świeży 100 g Chrzan z jogurtem 20 g (MLE, S02,) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | Ryż na mleku 300 ml (MLE,) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Mus z brzoskwiń 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT,) Ogórek świeży 100 g Chrzan z jogurtem 20 g (MLE, S02,) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | Ryż na mleku 300 ml (MLE,) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g 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,) Ogórek świeży 100 g Chrzan z jogurtem 20 g (MLE, S02,) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml |
| | II ŚN | | Gruszka 150 g | Gruszka 1 szt. 150 g Kinder 1 szt (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, ORZ,) | |
| | Obiad | Żurek z jajkiem i białą kielbasą (1) 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,) Schab ze śliwka suszoną 100 g Kluski śląskie* 200 g (JAJ,) Sos śliwkowy 50 g Surówka Colesław (1) 100 g (JAJ, MLE, GOR,) Buraczki gotowane (1,2) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Ciasto pleśniak 100 g (GLU PSZ,) | Krem z dyni z grzankami (2) 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SOJ,) Bitka schabowa duszona 100 g (GLU PSZ,) Sos tymiankowy (2) 50 ml (SEL,) Kluski śląskie* 200 g (JAJ,) Buraczki gotowane (1,2) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Ciasto drożdżowe 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) | Żurek z jajkiem i białą kielbasą (6) 300 ml (JAJ, SOJ, MLE, SEL, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,) Bitka schabowa duszona 100 g (GLU PSZ,) Sos tymiankowy (6) 50 ml (SEL,) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka Colesław (6) 100 g (MLE,) Fasolka szparagowa żółta* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml | Żurek z jajkiem i białą kielbasą (1) 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,) Schab ze śliwka suszoną 100 g Sos śliwkowy 50 g Kluski śląskie* 200 g (JAJ,) Surówka Colesław (1) 100 g (JAJ, MLE, GOR,) Buraczki gotowane (1,2) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Ciasto pleśniak 100 g (GLU PSZ,) |
| | PD | | Hummus z ciecierzycy 100 g Słupki z marchwii 50 g | Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt | |
| | Kolacja | Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ,) Szynka wieprzowa pieczona plastry 40 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Sałatka jarzynowa (1) 200 g (JAJ, SEL, GOR,) Sałata zielona 10 g Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ,) Szynka wieprzowa pieczona plastry 40 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Sałata zielona 10 g Sałatka jarzynowa - dieta (2) 200 g (MLE, SEL,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ,) Szynka wieprzowa pieczona plastry 40 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT,) Sałatka jarzynowa (6) 200 g (JAJ, MLE, SEL, GOR,) 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 40 g (SOJ,) Szynka wieprzowa pieczona plastry 40 g 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,) Sałatka jarzynowa (1) 200 g (JAJ, SEL, GOR,) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml |
| | PN | Sok jabłkowo-gruszkowy 0,195L-100% tłoczony 1 szt | | Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt | Sok jabłkowo-gruszkowy 0,195L-100% tłoczony 1 szt |
| | Wartość energetyczna: 2994.61 kcal; Białko ogółem: 129.81 g; Tłuszcz: 110.55 g; Kw. tł. nasy.: 24.74 g; Węglowodany ogółem: 388.86 g; W tym cukry: 79.08 g; Błonnik pok.: 29.98 g; Sól: 9.54 g; | Wartość energetyczna: 2834.47 kcal; Białko ogółem: 119.85 g; Tłuszcz: 61.83 g; Kw. tł. nasy.: 18.86 g; Węglowodany ogółem: 408.79 g; W tym cukry: 101.24 g; Błonnik pok.: 26.63 g; Sól: 6.56 g; | Wartość energetyczna: 2287.48 kcal; Białko ogółem: 118.38 g; Tłuszcz: 76.70 g; Kw. tł. nasy.: 15.18 g; Węglowodany ogółem: 292.05 g; W tym cukry: 51.76 g; Błonnik pok.: 30.24 g; Sól: 11.43 g; | Wartość energetyczna: 3120.81 kcal; Białko ogółem: 131.07 g; Tłuszcz: 110.80 g; Kw. tł. nasy.: 24.79 g; Węglowodany ogółem: 420.54 g; W tym cukry: 93.40 g; Błonnik pok.: 34.49 g; Sól: 9.55 g; | |

Wydruk z MAPI Jadłospis 2.25.12.30 Sód: 3721 mg

Sód: 2558 mg

Sód: 4458 mg

Sód: 3725 mg

strona 5 z 11

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-01 do dnia 2026-04-10 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 |
|-------------------------|---|---|---|--|--|
| 2026-04-06 poniedziałek | Sniadanie | Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,) Ser żółty królewiecki 40 g (MLE,) 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,) Papryka świeża żółta 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,) Twarożek z ziołami 60 g (MLE,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,) Ser żółty królewiecki 40 g (MLE,) 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 manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,) Ser żółty królewiecki 40 g (MLE,) 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,) Papryka świeża żółta 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml |
| | II ŚN | | | Jabłko 1 szt 1 szt | Jabłko 150 g |
| | Obiad | Ogórkowa z ziemniakami *(1) 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Połędwiczk drobiowe pieczone 100 g Sos chrzanowy (1) 50 ml (GLU PSZ, MLE, S02,) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty czerwonej (1,6) 100 g Cukinia pieczona plastry z tymiankiem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Sernik 100 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,) | Jarzynowa z ziemniakami *(2) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Połędwiczk drobiowe pieczone 100 g Sos pieczeniowy (2) 50 ml (GLU PSZ,) Ziemniaki gotowane 200 g Cukinia pieczona plastry z tymiankiem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Chałka 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) | Ogórkowa z ziemniakami *(6) 300 ml (SEL,) Połędwiczk drobiowe pieczone 100 g Sos chrzanowy (6) 50 ml (MLE, S02,) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty czerwonej (1,6) 100 g Cukinia pieczona plastry z ziołami 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml | Ogórkowa z ziemniakami *(1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Połędwiczk drobiowe pieczone 100 g Sos chrzanowy (1) 50 ml (GLU PSZ, MLE, S02,) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty czerwonej (1,6) 100 g Cukinia pieczona plastry z tymiankiem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Sernik 100 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,) |
| | PD | | | Kisiel z truskawkami b/c* 200 ml | Kisiel z truskawkami z/c* 200 ml |
| | Kolacja | Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 45 g Sałatka z brokułem ciecierzycą i serem typu feta (1,6) 150 g (MLE,) 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 Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 45 g Sałatka z ryżu i brokułów (2) 150 g (MLE, SEL,) Pomidor b/skórki 100 g Sałata zielona 10 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 45 g Sałatka z brokułem ciecierzycą i serem typu feta (1,6) 150 g (MLE,) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 45 g Sałatka z brokułem ciecierzycą i serem typu feta (1,6) 150 g (MLE,) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g 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,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g |
| PN | Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE,) | | | | |
| | Wartość energetyczna: 2644.54 kcal; Białko ogółem: 127.06 g; Tłuszcz: 97.09 g; Kw. tł. nasy.: 28.53 g; Węglowodany ogółem: 336.24 g; W tym cukry: 47.54 g; Błonnik pok.: 27.10 g; Sól: 10.77 g; | Wartość energetyczna: 2295.22 kcal; Białko ogółem: 112.09 g; Tłuszcz: 62.02 g; Kw. tł. nasy.: 17.24 g; Węglowodany ogółem: 337.54 g; W tym cukry: 67.45 g; Błonnik pok.: 24.04 g; Sól: 7.77 g; | Wartość energetyczna: 2068.53 kcal; Białko ogółem: 97.03 g; Tłuszcz: 76.01 g; Kw. tł. nasy.: 21.70 g; Węglowodany ogółem: 261.13 g; W tym cukry: 49.95 g; Błonnik pok.: 25.63 g; Sól: 11.39 g; | Wartość energetyczna: 2751.54 kcal; Białko ogółem: 127.95 g; Tłuszcz: 91.97 g; Kw. tł. nasy.: 27.29 g; Węglowodany ogółem: 375.40 g; W tym cukry: 74.72 g; Błonnik pok.: 30.87 g; Sól: 10.76 g; | |

Sód: 4200 mg

Sód: 3030 mg

Sód: 4442 mg

Sód: 4196 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-01 do dnia 2026-04-10 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 | |
|-------------------|---------------------------|--|---|---|---|
| 2026-04-07 wtorek | Śniadanie | Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Paszтет pieczony drobiowy 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, 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,) Mus z jabłek b/c 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,) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, 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,) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml |
| | II ŚN | | Kiwi 1 szt | Kiwi (g) 150 g | |
| | Obiad | fasolowa z ziemniakami z kielbasą (1,6)* 300 ml (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,) Naleśniki razowe ze szpinakiem i mozzarellą (1,6) 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Sos jogurtowo-czosnkowy 100 g (MLE,) Surówka z marchwi i jabłka (1) 200 g (MLE,) Kompot owocowy* b/c 250 ml | krupnik ryżowy z ziemniakami (2) 300 ml (SEL,) Knedle z truskawkami * 300 g (GLU PSZ,) Sos jogurtowy naturalny słodki 150 g (MLE,) Surówka z marchwi i jabłka (2) 200 g (MLE,) Kompot owocowy* b/c 250 ml | fasolowa z ziemniakami z kielbasą (1,6)* 300 ml (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,) Naleśniki razowe ze szpinakiem i mozzarellą (1,6) 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Sos jogurtowo-czosnkowy 100 g (MLE,) Surówka z marchwi i jabłka (6) 200 g (MLE,) Kompot owocowy* b/c 250 ml | fasolowa z ziemniakami z kielbasą (1,6)* 300 ml (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,) Naleśniki z dżemem truskawkowym (ruloniki) 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Surówka z marchwi i jabłka (1) 200 g (MLE,) Kompot owocowy* b/c 250 ml |
| | PD | | Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową wędzona, parzona 35 g (może zawierać: SOJ, SEL, GOR,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT,) | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | |
| | Kolacja | Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE,) Mus z jabłek b/c 150 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 (GLU PSZ,) Sałatka z pomidorów b/skóry i koperku 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 Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT,) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE,) Mus z jabłek b/c 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml |
| | PN | Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE,) | Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE,) | Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE,) | Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE,) |
| | | Wartość energetyczna: 2354.12 kcal; Białko ogółem: 102.42 g; Tłuszcz: 77.89 g; Kw. tł. nasy.: 29.52 g; Węglowodany ogółem: 328.92 g; W tym cukry: 98.48 g; Błonnik pok.: 29.97 g; Sól: 4.91 g; | Wartość energetyczna: 2154.98 kcal; Białko ogółem: 78.82 g; Tłuszcz: 36.89 g; Kw. tł. nasy.: 11.58 g; Węglowodany ogółem: 397.93 g; W tym cukry: 96.69 g; Błonnik pok.: 21.72 g; Sól: 7.57 g; | Wartość energetyczna: 1967.47 kcal; Białko ogółem: 95.78 g; Tłuszcz: 62.36 g; Kw. tł. nasy.: 21.35 g; Węglowodany ogółem: 266.12 g; W tym cukry: 66.07 g; Błonnik pok.: 26.01 g; Sól: 10.86 g; | Wartość energetyczna: 2589.69 kcal; Białko ogółem: 87.86 g; Tłuszcz: 61.14 g; Kw. tł. nasy.: 16.86 g; Węglowodany ogółem: 442.73 g; W tym cukry: 169.57 g; Błonnik pok.: 35.69 g; Sól: 5.48 g; |
| | | Sód: 1915 mg | Sód: 2952 mg | Sód: 4235 mg | Sód: 2137,2 mg |

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-01 do dnia 2026-04-10 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 | |
|------------------|---------------------------|---|---|--|--|
| 2026-04-08 środa | Śniadanie | <p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 70 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,) 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</p> | <p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 70 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,) 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</p> | <p>Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 70 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,) 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</p> | <p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 70 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,) 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 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> |
| | II ŚN | | | Gruszka 150 g | Jogurt jogobella panna cotta 1 szt (MLE,) |
| | Obiad | <p>Szpinakowa z ziemniakami (1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Udko z kurczaka pieczone 120 g Kasza gryczana 200 g Surówka z pora, jabłka i marchewki (1) 100 g (MLE,) Cukinia pieczona plastry z ziołami 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml</p> | <p>Szpinakowa z ziemniakami (2) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Udko z kurczaka pieczone 120 g Sos pomidorowy (2) 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ,) Cukinia pieczona plastry z ziołami 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml</p> | <p>Szpinakowa z ziemniakami (6) 300 ml (SEL,) Udko z kurczaka pieczone 120 g Sos chrzanowy (6) 50 ml (MLE, S02,) Kasza gryczana 200 g Surówka z pora, jabłka i marchewki (6) 100 g (MLE,) Cukinia pieczona plastry z ziołami 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml</p> | <p>Szpinakowa z ziemniakami (1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Udko z kurczaka pieczone 120 g Kasza gryczana 200 g Surówka z pora, jabłka i marchewki (1) 100 g (MLE,) Cukinia pieczona plastry z ziołami 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml</p> |
| | PD | | | <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT,)</p> | Chrupki kukurydziane 20 g |
| | Kolacja | <p>Pasta z soczewicy czerwonej 100 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</p> | <p>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 70 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ,) Mus brzoskwinowy 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g</p> | <p>Pasta z soczewicy czerwonej 100 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</p> | <p>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 70 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,) 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</p> |
| | PN | Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 120g 1 szt | | | |
| | | <p>Wartość energetyczna: 2286.68 kcal; Białko ogółem: 107.84 g; Tłuszcz: 68.92 g; Kw. tł. nasy.: 16.79 g; Węglowodany ogółem: 332.65 g; W tym cukry: 53.68 g; Błonnik pok.: 35.60 g; Sól: 6.68 g;</p> | <p>Wartość energetyczna: 2048.17 kcal; Białko ogółem: 100.38 g; Tłuszcz: 61.87 g; Kw. tł. nasy.: 16.33 g; Węglowodany ogółem: 285.54 g; W tym cukry: 62.51 g; Błonnik pok.: 22.55 g; Sól: 6.49 g;</p> | <p>Wartość energetyczna: 2229.57 kcal; Białko ogółem: 100.66 g; Tłuszcz: 69.49 g; Kw. tł. nasy.: 15.93 g; Węglowodany ogółem: 310.92 g; W tym cukry: 54.81 g; Błonnik pok.: 29.64 g; Sól: 7.91 g;</p> | <p>Wartość energetyczna: 2201.48 kcal; Białko ogółem: 108.13 g; Tłuszcz: 67.74 g; Kw. tł. nasy.: 18.33 g; Węglowodany ogółem: 311.42 g; W tym cukry: 48.57 g; Błonnik pok.: 32.03 g; Sól: 8.10 g;</p> |
| | | Sód: 2605 mg | Sód: 2531 mg | Sód: 3085 mg | Sód: 3159 mg |

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-01 do dnia 2026-04-10 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 |
|---------------------|-----------|--|--|--|---|
| 2026-04-09 czwartek | Śniadanie | płatki ryżowe na mleku 300 ml (MLE,) Pasta z twarogu waniliowa 100 g (MLE,) 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,) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | płatki ryżowe na mleku 300 ml (MLE,) Pasta z twarogu waniliowa 100 g (MLE,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bulka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ,) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | Pasta z twarogu z siemieniem 140 g (MLE,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT,) Rzodkiewka 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | płatki ryżowe na mleku 300 ml (MLE,) Pasta z twarogu waniliowa 100 g (MLE,) 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,) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml |
| | II SN | | | Mandarynka 150 g | Banan 1szt. 1 szt |
| | Obiad | Krem z białych warzyw (1) z pestkami słonecznika 300 ml (MLE, SEL,) Filet z kurczaka po hawajsku 120 g (MLE,) 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 (GLU PSZ, MLE, SEL,) Bitka z udźca z indyka duszona 100 g Sos ziołowy (2) 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml | Krem z białych warzyw (6) z pestkami słonecznika 300 ml (SEL,) Bitka z udźca z indyka duszona 100 g Sos ziołowy (6) 50 ml (SEL,) 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 (MLE, SEL,) Filet z kurczaka po hawajsku 120 g (MLE,) 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 |
| | PD | | | Koktajl truskawkowy b/c 200 ml (MLE,) | Koktajl truskawkowy*b/c 200 ml (MLE,) |
| | Kolacja | Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biał. mleka w osłonce niejadalnej. 70 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bulka 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 | Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biał. mleka w osłonce niejadalnej. 70 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bulka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ,) buraczki z jabłkiem 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biał. mleka w osłonce niejadalnej. 70 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL,) 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 | Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biał. mleka w osłonce niejadalnej. 70 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bulka 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 | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,) | | | |
| | | Wartość energetyczna: 2142.70 kcal; Białko ogółem: 110.63 g; Tłuszcz: 65.16 g; Kw. tł. nasy.: 17.46 g; Węglowodany ogółem: 298.21 g; W tym cukry: 53.92 g; Błonnik pok.: 25.39 g; Sól: 7.63 g; | Wartość energetyczna: 1896.45 kcal; Białko ogółem: 102.11 g; Tłuszcz: 49.27 g; Kw. tł. nasy.: 15.39 g; Węglowodany ogółem: 275.52 g; W tym cukry: 53.14 g; Błonnik pok.: 21.36 g; Sól: 6.05 g; | Wartość energetyczna: 1865.48 kcal; Białko ogółem: 101.94 g; Tłuszcz: 57.74 g; Kw. tł. nasy.: 14.74 g; Węglowodany ogółem: 258.09 g; W tym cukry: 49.37 g; Błonnik pok.: 29.28 g; Sól: 8.57 g; | Wartość energetyczna: 2418.55 kcal; Białko ogółem: 118.67 g; Tłuszcz: 67.41 g; Kw. tł. nasy.: 19.49 g; Węglowodany ogółem: 356.06 g; W tym cukry: 100.99 g; Błonnik pok.: 29.35 g; Sól: 7.87 g; |

Sód: 2976 mg

Sód: 2360 mg

Sód: 3342 mg

Sód: 3069 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-01 do dnia 2026-04-10 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.z) Podstawowa | |
|-------------------|---------------------------|--|--|--|---|
| 2026-04-10 piątek | Śniadanie | Kasza manna 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,) Ogórek kiszony 100 g Majonez 10 g (JAJ, GOR,) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Szynka 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 z jogurtem 20 g (MLE, S02,) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | Kasza manna 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,) 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 smażona 120 g (GLU PSZ, RYB,) 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 smażona 120 g (GLU PSZ, RYB,) 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 | Kisiel z truskawkami z/c* 200 ml | | Kisiel z truskawkami b/c* 200 ml | Kisiel z truskawkami z/c* 200 ml |
| | | Wartość energetyczna: 2261.40 kcal; Białko ogółem: 117.24 g; Tłuszcz: 74.26 g; Kw. tł. nasy.: 16.12 g; Węglowodany ogółem: 299.04 g; W tym cukry: 37.96 g; Błonnik pok.: 26.85 g; Sól: 7.95 g; | Wartość energetyczna: 1790.27 kcal; Białko ogółem: 99.85 g; Tłuszcz: 40.20 g; Kw. tł. nasy.: 10.03 g; Węglowodany ogółem: 272.88 g; W tym cukry: 66.35 g; Błonnik pok.: 25.56 g; Sól: 3.30 g; | Wartość energetyczna: 2087.75 kcal; Białko ogółem: 111.12 g; Tłuszcz: 66.99 g; Kw. tł. nasy.: 14.43 g; Węglowodany ogółem: 265.65 g; W tym cukry: 32.13 g; Błonnik pok.: 22.79 g; Sól: 9.27 g; | Wartość energetyczna: 2459.20 kcal; Białko ogółem: 124.36 g; Tłuszcz: 78.37 g; Kw. tł. nasy.: 18.77 g; Węglowodany ogółem: 330.18 g; W tym cukry: 64.37 g; Błonnik pok.: 26.59 g; Sól: 8.09 g; |
| | Sód: 3101 mg | Sód: 1287 mg | Sód: 3615 mg | Sód: 3155 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,