

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-11 do dnia 2026-04-20 KUCHNIA WARSZAWA WIM- BIS

	W-wa WB- WIM 1 Podstawowa	W-wa WB- WIM 2 Łatwo strawna	W-wa WB- WIM 6 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów	W-wa WB- WIM P1 Dzieci 3(.3 r.ż) Podstawowa	
2026-04-11 sobota	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 70 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, SO2.) 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 świeża 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 z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 70 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, SO2.) 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 z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 70 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, SO2.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT.) Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 70 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, SO2.) 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 świeża 100 g Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN		Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 35 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Sałata zielona 10 g	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE.)	
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami (1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos majerankowy (1) 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z pora, jabłka i marchewki (1) 100 g (MLE.) Cukinia pieczona z ziołami* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (2) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos majerankowy (2) 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Cukinia pieczona z ziołami* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (6) 300 ml (SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos majerankowy (6) 50 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z pora, jabłka i marchewki (6) 100 g (MLE.) Cukinia pieczona z ziołami* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos majerankowy (1) 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z pora, jabłka i marchewki (1) 100 g (MLE.) Cukinia pieczona z ziołami* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Mandarynka 150 g	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 120g 1 szt	
	Kolacja	Pasta z twarogu i rzodkiewki 120 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.) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Pasta z twarogu waniliowa 100 g (MLE.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) 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 (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	Pasta z twarogu i rzodkiewki 120 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.) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)		Maślanka 150 ml (MLE.) Otręby pszenne 10 g (GLU PSZ.)	Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)
	Wartość energetyczna: 2044.42 kcal; Białko ogółem: 103.00 g; Tłuszcz: 54.05 g; Kw. tł. nasy.: 14.86 g; Węglowodany ogółem: 306.11 g; W tym cukry: 38.57 g; Błonnik pok.: 27.89 g; Sól: 6.22 g;	Wartość energetyczna: 2012.19 kcal; Białko ogółem: 99.88 g; Tłuszcz: 50.93 g; Kw. tł. nasy.: 13.00 g; Węglowodany ogółem: 301.00 g; W tym cukry: 64.40 g; Błonnik pok.: 18.92 g; Sól: 4.67 g;	Wartość energetyczna: 1843.95 kcal; Białko ogółem: 100.12 g; Tłuszcz: 47.66 g; Kw. tł. nasy.: 12.83 g; Węglowodany ogółem: 262.97 g; W tym cukry: 48.12 g; Błonnik pok.: 27.17 g; Sól: 7.85 g;	Wartość energetyczna: 2241.86 kcal; Białko ogółem: 108.78 g; Tłuszcz: 58.75 g; Kw. tł. nasy.: 17.62 g; Węglowodany ogółem: 338.67 g; W tym cukry: 75.29 g; Błonnik pok.: 28.29 g; Sól: 6.45 g;	
	Sód: 2425,8 mg	Sód: 1821,3 mg	Sód: 3061,5 mg	Sód: 2515,5 mg	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-11 do dnia 2026-04-20 KUCHNIA WARSZAWA WIM- BIS

	W-wa WB- WIM 1 Podstawowa	W-wa WB- WIM 2 Łatwo strawna	W-wa WB- WIM 6 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów	W-wa WB- WIM P1 Dzieci 3(.3 r.ż) Podstawowa	
2026-04-12 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g (JAJ, GOR.) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Pasta z jaj ze szczypiorkiem (6) 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT.) Sałata zielona 15 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g (JAJ, GOR.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN		Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 35 g (SOJ.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Sałata zielona 10 g	Jabłko 150 g	
	Obiad	Krem z brokuł (1) 300 ml (MLE, SEL.) Szarpana wieprzowina duszona 100 g Sos pieczeniowy 50 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki (1) 100 g (MLE.) Fasolka szparagowa żółta * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Ciasto marchewkowe-wyrób z ciasta biszkoptowo tłuszczowego 100 g (GLU PSZ, JAJ, S02.)	Krem z brokuł (2) 300 ml (MLE, SEL.) Szarpana wieprzowina duszona 100 g Sos pieczeniowy 50 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki gotowane (2) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Ciasto drożdżowe 100 g (GLU PSZ, JAJ.)	Krem z brokuł (6) 300 ml (SEL.) Szarpana wieprzowina duszona 100 g Sos pieczeniowy (6) 50 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki (6) 100 g (MLE.) Fasolka szparagowa żółta * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krem z brokuł (1) 300 ml (MLE, SEL.) Szarpana wieprzowina duszona 100 g Sos pieczeniowy 50 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki (1) 100 g (MLE.) Fasolka szparagowa żółta * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Ciasto marchewkowe-wyrób z ciasta biszkoptowo tłuszczowego 100 g (GLU PSZ, JAJ, S02.)
	PD		Jabłko 150 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
	Kolacja	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (może zawierać: MLE, GOR.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (może zawierać: MLE, GOR.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt 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 Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (może zawierać: MLE, GOR.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT.) Pomidor 100 g 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 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 Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
PN	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)				
	Wartość energetyczna: 2491.31 kcal; Białko ogółem: 116.52 g; Tłuszcz: 84.34 g; Kw. tł. nasy.: 21.12 g; Węglowodany ogółem: 328.89 g; W tym cukry: 39.22 g; Błonnik pok.: 25.30 g; Sól: 6.85 g;	Wartość energetyczna: 2575.91 kcal; Białko ogółem: 119.53 g; Tłuszcz: 62.28 g; Kw. tł. nasy.: 17.33 g; Węglowodany ogółem: 330.05 g; W tym cukry: 62.06 g; Błonnik pok.: 22.47 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 1898.27 kcal; Białko ogółem: 95.45 g; Tłuszcz: 59.57 g; Kw. tł. nasy.: 14.84 g; Węglowodany ogółem: 245.96 g; W tym cukry: 35.73 g; Błonnik pok.: 22.28 g; Sól: 8.48 g;	Wartość energetyczna: 2563.81 kcal; Białko ogółem: 117.65 g; Tłuszcz: 79.01 g; Kw. tł. nasy.: 19.88 g; Węglowodany ogółem: 360.03 g; W tym cukry: 53.51 g; Błonnik pok.: 29.93 g; Sól: 6.84 g;	
	Sód: 2671,5 mg	Sód: 2905,5 mg	Sód: 3307,2 mg	Sód: 2667,6 mg	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-11 do dnia 2026-04-20 KUCHNIA WARSZAWA WIM- BIS

	W-wa WB- WIM 1 Podstawowa	W-wa WB- WIM 2 Łatwo strawna	W-wa WB- WIM 6 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów	W-wa WB- WIM P1 Dzieci 3(.3 r.ż) Podstawowa	
2026-04-13 poniedziałek	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Pasta z twarogu 120 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.) Miód (25g) 1 szt Rzodkiewka 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Pasta z twarogu 120 g (MLE.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Cykorja 40 g Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Pasta z twarogu z koperkiem 140 g (MLE.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT.) Rzodkiewka 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Pasta z twarogu 120 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.) Rzodkiewka 100 g Miód (25g) 1 szt 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 (GLU ŻYT.) Sałata zielona 10 g	Sok jabłkowo-aroniowy 0,2L NFC -100% tłoczony 1 szt	
	Obiad	Zupa szczawiowa z jajkiem (1) 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) sos warzywny z ciecierzycą (1) 150 g (GLU PSZ.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem (1,6) 100 g Marchew gotowana (1,2) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (2)* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kluski leniwe z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.) Sos jogurtowy naturalny z/c 100 g (MLE.) Marchew gotowana (1,2) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa szczawiowa z jajkiem (6) 300 ml (JAJ, SEL.) 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 Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa szczawiowa z jajkiem (1) 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kluski leniwe z serem z masłem i bułką tartą 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.) Surówka z marchwi i jabłka 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Maślanka 200 ml (MLE.) Otręby pszenne 10 g (GLU PSZ.)	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.)	
	Kolacja	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 Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Ogórek świeży 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 (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, 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	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 Chleb żytni razowy 110 g (GLU ŻYT.) Ogórek świeży 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 (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.) Ogórek świeży 100 g Sałata 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: 2201.53 kcal; Białko ogółem: 86.93 g; Tłuszcz: 64.13 g; Kw. tł. nasy.: 17.42 g; Węglowodany ogółem: 335.10 g; W tym cukry: 76.93 g; Błonnik pok.: 31.64 g; Sól: 7.05 g;	Wartość energetyczna: 2187.46 kcal; Białko ogółem: 93.82 g; Tłuszcz: 55.83 g; Kw. tł. nasy.: 17.55 g; Węglowodany ogółem: 338.62 g; W tym cukry: 81.28 g; Błonnik pok.: 23.40 g; Sól: 4.45 g;	Wartość energetyczna: 1985.35 kcal; Białko ogółem: 95.61 g; Tłuszcz: 60.31 g; Kw. tł. nasy.: 16.37 g; Węglowodany ogółem: 268.79 g; W tym cukry: 46.05 g; Błonnik pok.: 27.52 g; Sól: 8.47 g;	Wartość energetyczna: 2868.54 kcal; Białko ogółem: 108.91 g; Tłuszcz: 83.50 g; Kw. tł. nasy.: 31.57 g; Węglowodany ogółem: 436.26 g; W tym cukry: 152.05 g; Błonnik pok.: 24.60 g; Sól: 8.82 g;
	Sód: 2749,5 mg	Sód: 1735,5 mg	Sód: 3303,3 mg	Sód: 3439,8 mg	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-11 do dnia 2026-04-20 KUCHNIA WARSZAWA WIM- BIS

		W-wa WB- WIM 1 Podstawowa	W-wa WB- WIM 2 Łatwo strawna	W-wa WB- WIM 6 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów	W-wa WB- WIM P1 Dzieci 3(.3 r.ż) Podstawowa
2026-04-14 wtorek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 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.) Papryka świeża żółta 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Płatki pszenne 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.) Jabłko pieczone 150 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 Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT.) Papryka świeża żółta 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 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.) Papryka świeża żółta 100 g Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 35 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Sałata zielona 10 g	Gruszka 150 g
	Obiad	Rosół z makaronem (1,2)* 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kurczak w sosie curry 150 g Kasza kuskus perłowa 200 g (GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.) Surówka z marchwi i chrzanu (1,6) 100 g (MLE, S02.) Cukinia pieczona z koncentratem* 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 Cukinia pieczona z koncentratem* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem (6) pełnoziarnisty* 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kurczak w sosie curry 150 g Kasza kuskus perłowa 200 g (GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.) Surówka z marchwi i chrzanu (1,6) 100 g (MLE, S02.) Cukinia pieczona z koncentratem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem (1,2)* 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kurczak w sosie curry 150 g Kasza kuskus perłowa 200 g (GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.) Surówka z marchwi i chrzanu (1,6) 100 g (MLE, S02.) Cukinia pieczona z koncentratem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Gruszka 150 g	Galaretka malinowa 150 g
	Kolacja	Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g (MLE.) Mus z jabłek b/c 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g (MLE.) Mus z jabłek b/c 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Ryż brązowy z warzywami i pieczarką (6) 350 g (S02.) Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g (MLE.) Mus z jabłek b/c 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Ciasto drożdżowe z/c 70 g (GLU PSZ, JAJ.)	Ciasto drożdżowe z/c 70 g (GLU PSZ, JAJ.)	Kefir 2% tł 200g 1 szt (MLE.)	Ciasto drożdżowe z/c 70 g (GLU PSZ, JAJ.)
	Wartość energetyczna: 2536.84 kcal; Białko ogółem: 114.54 g; Tłuszcz: 60.40 g; Kw. tł. nasy.: 14.39 g; Węglowodany ogółem: 358.39 g; W tym cukry: 67.18 g; Błonnik pok.: 27.17 g; Sól: 3.99 g;	Wartość energetyczna: 2504.21 kcal; Białko ogółem: 109.36 g; Tłuszcz: 67.57 g; Kw. tł. nasy.: 17.37 g; Węglowodany ogółem: 336.79 g; W tym cukry: 69.99 g; Błonnik pok.: 25.74 g; Sól: 3.02 g;	Wartość energetyczna: 2315.52 kcal; Białko ogółem: 114.84 g; Tłuszcz: 71.84 g; Kw. tł. nasy.: 15.47 g; Węglowodany ogółem: 310.13 g; W tym cukry: 55.63 g; Błonnik pok.: 29.08 g; Sól: 4.88 g;	Wartość energetyczna: 2686.48 kcal; Białko ogółem: 117.16 g; Tłuszcz: 60.74 g; Kw. tł. nasy.: 14.45 g; Węglowodany ogółem: 394.10 g; W tym cukry: 82.68 g; Błonnik pok.: 31.60 g; Sól: 4.00 g;	
	Sód: 1556,1 mg	Sód: 1177,8 mg	Sód: 1903,2 mg	Sód: 1560 mg	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-11 do dnia 2026-04-20 KUCHNIA WARSZAWA WIM- BIS

	W-wa WB- WIM 1 Podstawowa	W-wa WB- WIM 2 Łatwo strawna	W-wa WB- WIM 6 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów	W-wa WB- WIM P1 Dzieci 3(.3 r.ż) Podstawowa	
2026-04-15 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	Kalafiorowa z ziemniakami (1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Gołąbek z wieprzowiną (1,6) 200 g (JAJ.) Sos pomidorowy (1) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem (1,6) 200 g (MLE, SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	grycikowa z ziemniakami (2) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Klops ryżowo-wieprzowy (2) pieczony 100 g Sos pomidorowy (2) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Szpinak gotowany (2) 200 g (MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ziemniakami (6) 300 ml (SEL.) Gołąbek z wieprzowiną (1,6) 200 g (JAJ.) Sos pomidorowy (6) 100 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem (1,6) 200 g (MLE, SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ziemniakami (1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Gołąbek z wieprzowiną (1,6) 200 g (JAJ.) Sos pomidorowy (1) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem (1,6) 200 g (MLE, SEL.) 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	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: 2598.42 kcal; Białko ogółem: 100.40 g; Tłuszcz: 95.36 g; Kw. tł. nasy.: 17.13 g; Węglowodany ogółem: 356.72 g; W tym cukry: 66.98 g; Błonnik pok.: 42.01 g; Sól: 6.45 g;	Wartość energetyczna: 2082.63 kcal; Białko ogółem: 100.07 g; Tłuszcz: 53.77 g; Kw. tł. nasy.: 12.81 g; Węglowodany ogółem: 315.13 g; W tym cukry: 51.27 g; Błonnik pok.: 23.31 g; Sól: 6.11 g;	Wartość energetyczna: 2348.14 kcal; Białko ogółem: 90.68 g; Tłuszcz: 85.72 g; Kw. tł. nasy.: 16.14 g; Węglowodany ogółem: 313.92 g; W tym cukry: 55.35 g; Błonnik pok.: 39.50 g; Sól: 9.07 g;	Wartość energetyczna: 2687.02 kcal; Białko ogółem: 106.20 g; Tłuszcz: 89.86 g; Kw. tł. nasy.: 16.38 g; Węglowodany ogółem: 391.90 g; W tym cukry: 93.29 g; Błonnik pok.: 43.11 g; Sól: 8.32 g;	
	Sód: 2515,5 mg	Sód: 2382,9 mg	Sód: 3537,3 mg	Sód: 3244,8 mg	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-11 do dnia 2026-04-20 KUCHNIA WARSZAWA WIM- BIS

		W-wa WB- WIM 1 Podstawowa	W-wa WB- WIM 2 Łatwo strawna	W-wa WB- WIM 6 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów	W-wa WB- WIM P1 Dzieci 3(.3 r.ż) Podstawowa
2026-04-16 czwartek	Śniadanie	płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) 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.) Pomidor 100 g Majonez 10 g (JAJ, GOR.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Cykorria 40 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.) Pomidor 100 g Chrzan z jogurtem 20 g (MLE, S02.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) 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.) Pomidor 100 g Majonez 10 g (JAJ, GOR.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN	Kiwi 1 szt			
	Obiad	Jarzynowa z kaszą kukurydzianą (1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab pieczony szarpany 100 g Sos pieczeniowy 50 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki (1) 100 g (MLE.) Fasolka szparagowa żółta * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z kaszą kukurydzianą (2) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab pieczony szarpany 100 g Sos pieczeniowy 50 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew oprószana (2) 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z kaszą kukurydzianą (6) 300 ml (SEL.) Schab pieczony szarpany 100 g Sos pieczeniowy (6) 50 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki (6) 100 g (MLE.) Fasolka szparagowa żółta * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z kaszą kukurydzianą (1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab pieczony szarpany 100 g Sos pieczeniowy 50 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki (1) 100 g (MLE.) Fasolka szparagowa żółta * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Pasta z soczewicy czerwonej 100 g Słupki z marchewki 100 g	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE.)
	Kolacja	Schab gotowany 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 konserwowy 100 g (GOR.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Schab gotowany 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Sałata zielona z pomidorem b/skóry i olejem 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Schab gotowany 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 gotowany 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Ogórek świeży 100 g 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	Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g (MLE.)		Koktajl truskawkowy b/c* 200 ml (MLE.)	Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g (MLE.)
		Wartość energetyczna: 2135.70 kcal; Białko ogółem: 117.70 g; Tłuszcz: 60.63 g; Kw. tł. nasy.: 18.43 g; Węglowodany ogółem: 299.95 g; W tym cukry: 57.77 g; Błonnik pok.: 26.71 g; Sól: 5.92 g;	Wartość energetyczna: 2033.60 kcal; Białko ogółem: 117.26 g; Tłuszcz: 57.50 g; Kw. tł. nasy.: 14.83 g; Węglowodany ogółem: 277.77 g; W tym cukry: 61.24 g; Błonnik pok.: 25.37 g; Sól: 3.24 g;	Wartość energetyczna: 2052.04 kcal; Białko ogółem: 118.98 g; Tłuszcz: 51.67 g; Kw. tł. nasy.: 14.88 g; Węglowodany ogółem: 289.98 g; W tym cukry: 52.12 g; Błonnik pok.: 30.73 g; Sól: 5.99 g;	Wartość energetyczna: 2337.10 kcal; Białko ogółem: 123.81 g; Tłuszcz: 65.12 g; Kw. tł. nasy.: 21.05 g; Węglowodany ogółem: 335.52 g; W tym cukry: 91.14 g; Błonnik pok.: 30.48 g; Sól: 5.13 g;
Sód: 2308,8 mg		Sód: 1263,6 mg	Sód: 2336,1 mg	Sód: 2000,7 mg	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-11 do dnia 2026-04-20 KUCHNIA WARSZAWA WIM- BIS

	W-wa WB- WIM 1 Podstawowa	W-wa WB- WIM 2 Łatwo strawna	W-wa WB- WIM 6 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów	W-wa WB- WIM P1 Dzieci 3(.3 r.ż) Podstawowa	
2026-04-17 piątek	Śniadanie	Makaron drobny (orzo) na mleku 300 ml (GLU PSZ, 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.) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Makaron drobny (orzo) na mleku 300 ml (GLU PSZ, 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.) Jabłko pieczone 150 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 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT.) Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Makaron drobny (orzo) na mleku 300 ml (GLU PSZ, 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.) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.)
	II ŚN		Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 35 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Sałata zielona 10 g	Sałatka owocowa ze słonecznikiem 200 g	
	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 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 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 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 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 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 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (1) 100 g Warzywa po grecku 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Gruszka 150 g	Banan 1szt. 1 szt	
	Kolacja	Pasta z twarogu i rzodkiewki 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.) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Pasta z twarogu waniliowa 100 g (MLE.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) 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 (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	Pasta z twarogu i rzodkiewki 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.) Sałata zielona 25 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: 2010.58 kcal; Białko ogółem: 93.02 g; Tłuszcz: 57.53 g; Kw. tł. nasy.: 13.12 g; Węglowodany ogółem: 292.28 g; W tym cukry: 55.58 g; Błonnik pok.: 27.66 g; Sól: 6.66 g;	Wartość energetyczna: 1931.94 kcal; Białko ogółem: 91.26 g; Tłuszcz: 44.75 g; Kw. tł. nasy.: 10.63 g; Węglowodany ogółem: 300.08 g; W tym cukry: 84.33 g; Błonnik pok.: 25.43 g; Sól: 4.74 g;	Wartość energetyczna: 1856.00 kcal; Białko ogółem: 90.00 g; Tłuszcz: 47.96 g; Kw. tł. nasy.: 9.99 g; Węglowodany ogółem: 263.48 g; W tym cukry: 38.74 g; Błonnik pok.: 20.59 g; Sól: 8.72 g;	Wartość energetyczna: 2556.53 kcal; Białko ogółem: 105.77 g; Tłuszcz: 67.05 g; Kw. tł. nasy.: 16.85 g; Węglowodany ogółem: 397.05 g; W tym cukry: 138.79 g; Błonnik pok.: 34.15 g; Sól: 6.84 g;
	Sód: 2597,4 mg	Sód: 1848,6 mg	Sód: 3400,8 mg	Sód: 2667,6 mg	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-11 do dnia 2026-04-20 KUCHNIA WARSZAWA WIM- BIS

	W-wa WB- WIM 1 Podstawowa	W-wa WB- WIM 2 Łatwo strawna	W-wa WB- WIM 6 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów	W-wa WB- WIM P1 Dzieci 3(.3 r.ż) Podstawowa	
2026-04-18 sobota	Śniadanie	Kasza manna 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 Cytryna 5 g	Kasza manna 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.) 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 (SOJ.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT.) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza manna 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		Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Sałata zielona 10 g	Sok jabłkowy 0,2 l NFC 100% tłoczony kubek 1 szt	
	Obiad	Selerowa z ziemniakami * (1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kotlet pożarski (1) smaż. 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Kasza bulgur 200 g (GLU PSZ.) Surówka z pora, jabłka i marchewki (1) 100 g (MLE.) Brokuł gotowany * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * (2) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy piecz. 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy (2) 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jaglana na sypko 200 g Brokuł gotowany * 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * (6) 300 ml (SEL.) Pulpet drobiowy piecz. 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos chrzanowy (6) 50 ml (MLE, SOJ.) Kasza bulgur 200 g (GLU PSZ.) Surówka z pora, jabłka i marchewki (6) 100 g (MLE.) Brokuł gotowany * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * (1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kotlet pożarski (1) smaż. 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Kasza bulgur 200 g (GLU PSZ.) Surówka z pora, jabłka i marchewki (1) 100 g (MLE.) Brokuł gotowany * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia 120g 1 szt	
	Kolacja	Paszтет z ciecierzycą 80 g (GLU PSZ, JAJ.) 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	Paszтет wegetariański (2) 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) 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	Paszтет z ciecierzycą 80 g (GLU PSZ, JAJ.) 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	Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 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	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: 2401.15 kcal; Białko ogółem: 97.79 g; Tłuszcz: 76.54 g; Kw. tł. nasy.: 15.89 g; Węglowodany ogółem: 346.36 g; W tym cukry: 61.27 g; Błonnik pok.: 27.59 g; Sól: 6.74 g;	Wartość energetyczna: 2053.90 kcal; Białko ogółem: 100.22 g; Tłuszcz: 52.40 g; Kw. tł. nasy.: 13.45 g; Węglowodany ogółem: 311.97 g; W tym cukry: 67.01 g; Błonnik pok.: 26.14 g; Sól: 5.24 g;	Wartość energetyczna: 2206.12 kcal; Białko ogółem: 95.11 g; Tłuszcz: 64.24 g; Kw. tł. nasy.: 14.62 g; Węglowodany ogółem: 316.58 g; W tym cukry: 62.11 g; Błonnik pok.: 24.31 g; Sól: 8.39 g;	Wartość energetyczna: 2468.66 kcal; Białko ogółem: 103.78 g; Tłuszcz: 69.86 g; Kw. tł. nasy.: 15.97 g; Węglowodany ogółem: 370.11 g; W tym cukry: 91.94 g; Błonnik pok.: 24.50 g; Sól: 6.65 g;
	Sód: 2628,6 mg	Sód: 2043,6 mg	Sód: 3272,1 mg	Sód: 2593,5 mg	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-11 do dnia 2026-04-20 KUCHNIA WARSZAWA WIM- BIS

		W-wa WB- WIM 1 Podstawowa	W-wa WB- WIM 2 Łatwo strawna	W-wa WB- WIM 6 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów	W-wa WB- WIM P1 Dzieci 3(.3 r.ż) Podstawowa
2026-04-19 niedziela	Śniadanie	płatki ryżowe na mleku 300 ml (MLE.) Serek homogenizowany 120 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 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.) Serek homogenizowany 120 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.) Cykoria 40 g Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Serek homogenizowany 140 g (MLE.) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT.) Papryka świeża żółta 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	płatki ryżowe na mleku 300 ml (MLE.) Serek homogenizowany 120 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 Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 35 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Sałata zielona 10 g	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 120g 1 szt
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami* (1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bitka z piersi kurczaka duszona z cebulą (1,6) 120 g (GOR.) Kasza gryczana 200 g Surówka Colesław (1) 100 g (JAJ, MLE, GOR.) zielona fasolka szparagowa * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Sernik 100 g (GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Brokułowa z ziemniakami* (2) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bitka z kurczaka duszona 100 g (GLU PSZ.) Sos z natki pietruszki (2) 50 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Ciasto drożdżowe 100 g (GLU PSZ, JAJ.)	Brokułowa z ziemniakami* (6) 300 ml (SEL.) Bitka z piersi kurczaka duszona z cebulą (1,6) 120 g (GOR.) Kasza gryczana 200 g Surówka Colesław (6) 100 g (MLE.) zielona fasolka szparagowa * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* (1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bitka z piersi kurczaka duszona z cebulą (1,6) 120 g (GOR.) Kasza gryczana 200 g Surówka Colesław (1) 100 g (JAJ, MLE, GOR.) zielona fasolka szparagowa * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Sernik 100 g (GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE.)
	PD			Gruszka 150 g	
	Kolacja	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 kajzerka 50g 1 szt (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	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 40 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Sałatka z pomidorów b/skóry i bazylii 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 (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, 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	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 kajzerka 50g 1 szt (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
	PN			Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE.)	
	Wartość energetyczna: 2529.09 kcal; Białko ogółem: 134.06 g; Tłuszcz: 75.28 g; Kw. tł. nasy.: 18.44 g; Węglowodany ogółem: 350.12 g; W tym cukry: 55.80 g; Błonnik pok.: 27.12 g; Sól: 8.00 g;	Wartość energetyczna: 2560.16 kcal; Białko ogółem: 123.50 g; Tłuszcz: 56.39 g; Kw. tł. nasy.: 14.64 g; Węglowodany ogółem: 346.77 g; W tym cukry: 62.85 g; Błonnik pok.: 23.25 g; Sól: 5.64 g;	Wartość energetyczna: 2120.16 kcal; Białko ogółem: 114.69 g; Tłuszcz: 67.60 g; Kw. tł. nasy.: 13.59 g; Węglowodany ogółem: 273.54 g; W tym cukry: 47.99 g; Błonnik pok.: 23.73 g; Sól: 9.02 g;	Wartość energetyczna: 2687.29 kcal; Białko ogółem: 136.26 g; Tłuszcz: 76.49 g; Kw. tł. nasy.: 18.85 g; Węglowodany ogółem: 385.70 g; W tym cukry: 84.52 g; Błonnik pok.: 29.93 g; Sól: 8.09 g;	
	Sód: 3120 mg	Sód: 2199,6 mg	Sód: 3517,8 mg	Sód: 3155,1 mg	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-11 do dnia 2026-04-20 KUCHNIA WARSZAWA WIM- BIS

	W-wa WB- WIM 1 Podstawowa	W-wa WB- WIM 2 Łatwo strawna	W-wa WB- WIM 6 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów	W-wa WB- WIM P1 Dzieci 3(.3 r.ż) Podstawowa	
2026-04-20 poniedziałek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony,parzony,zapiekany z dod.biał.mleka w osłonce niejadalnej. 70g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL.) 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	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony,parzony,zapiekany z dod.biał.mleka w osłonce niejadalnej. 70g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL.) 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	Kurczak zapiekany-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony,parzony,zapiekany z dod.biał.mleka w osłonce niejadalnej. 70g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony,parzony,zapiekany z dod.biał.mleka w osłonce niejadalnej. 70g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL.) 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		Hummus z ciecierzycy 50 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30g (GLU ŻYT.) Sałata zielona 10 g	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE)	
	Obiad	Pomidorowa z ryżem brązowym (1)* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Naleśniki z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Sos jogurtowy naturalny z/c 150 g (MLE) Surówka z marchwi i jabłka (1,2,6) 200 g (MLE) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem (2)* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pierogi z serem* 350 g (GLU PSZ, MLE) Mus z truskawek* 150 g Surówka z marchwi i jabłka (1,2,6) 200 g (MLE) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem brązowym (6)* 300 ml (SEL.) Naleśniki z serem (6) 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Sos jogurtowy naturalny (6) 150 g (MLE) Surówka z marchwi i jabłka (1,2,6) 200 g (MLE) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem brązowym (1)* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Naleśniki z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Sos jogurtowy naturalny z/c 150 g (MLE) Surówka z marchwi i jabłka (1,2,6) 200 g (MLE) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Jabłko 150 g	
	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.) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Schab pieczony 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Schab pieczony 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT.) Sałata zielona 15 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Schab pieczony 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) 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 (może zawierać: SOJ, SEL, GOR.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Sałata zielona 10 g	Sok jabłkowo-gruszkowy 0,195L-100% tłoczony 1 szt
		Wartość energetyczna: 2229.80 kcal; Białko ogółem: 97.28 g; Tłuszcz: 82.28 g; Kw. tł. nasy.: 22.14 g; Węglowodany ogółem: 290.41 g; W tym cukry: 83.00 g; Błonnik pok.: 21.73 g; Sól: 7.54 g;	Wartość energetyczna: 2396.23 kcal; Białko ogółem: 113.99 g; Tłuszcz: 56.49 g; Kw. tł. nasy.: 14.81 g; Węglowodany ogółem: 369.91 g; W tym cukry: 80.34 g; Błonnik pok.: 28.49 g; Sól: 5.69 g;	Wartość energetyczna: 2211.48 kcal; Białko ogółem: 96.64 g; Tłuszcz: 92.33 g; Kw. tł. nasy.: 21.08 g; Węglowodany ogółem: 250.65 g; W tym cukry: 51.33 g; Błonnik pok.: 20.05 g; Sól: 10.29 g;	Wartość energetyczna: 2421.00 kcal; Białko ogółem: 101.94 g; Tłuszcz: 86.58 g; Kw. tł. nasy.: 24.59 g; Węglowodany ogółem: 324.94 g; W tym cukry: 119.67 g; Błonnik pok.: 24.84 g; Sól: 7.70 g;
	Sód: 2940,6 mg	Sód: 5,69 mg	Sód: 4013,1 mg	Sód: 3003 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,