

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-20 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
2026-05-11 poniedziałek	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) 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	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Pasta z twarogu 120 g (MLE.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Cykoria 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	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt 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.) Knedle z truskawkami * 300 g (GLU PSZ.) Sos jogurtowy naturalny z/c 100 g (MLE.) Surówka z marchwi i jabłka 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 Kalańfort gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa szczawiowa z jajkiem (1) 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Knedle z truskawkami * 300 g (GLU PSZ.) Sos jogurtowy naturalny z/c 100 g (MLE.) 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	Plat 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	Plat 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	Plat 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 świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Plat 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
	PN	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: 2194.09 kcal; Białko ogółem: 86.57 g; Tłuszcz: 64.14 g; Kw. tł. nasy.: 17.36 g; Węglowodany ogółem: 334.10 g; W tym cukry: 77.12 g; Błonnik pok.: 32.59 g; Sól: 7.03 g; Sód: 2741,7 mg	Wartość energetyczna: 2197.99 kcal; Białko ogółem: 76.23 g; Tłuszcz: 51.55 g; Kw. tł. nasy.: 14.25 g; Węglowodany ogółem: 378.72 g; W tym cukry: 89.94 g; Błonnik pok.: 24.71 g; Sól: 5.20 g; Sód: 2028 mg	Wartość energetyczna: 2001.20 kcal; Białko ogółem: 95.62 g; Tłuszcz: 60.07 g; Kw. tł. nasy.: 16.28 g; Węglowodany ogółem: 273.17 g; W tym cukry: 46.11 g; Błonnik pok.: 27.52 g; Sól: 8.63 g; Sód: 3365,7 mg	Wartość energetyczna: 2617.80 kcal; Białko ogółem: 88.53 g; Tłuszcz: 69.59 g; Kw. tł. nasy.: 20.74 g; Węglowodany ogółem: 433.85 g; W tym cukry: 131.90 g; Błonnik pok.: 24.33 g; Sól: 8.20 g; Sód: 3198 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-20 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
2026-05-12 wtorek	Śniadanie	Platki 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	Platki 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 2 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT.) Papryka świeża żółta 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Platki 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, SO2.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Sałata zielona 10 g	Gruszka 150 g
	Obiad	Zupa porowa (1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka dusz. 100 g Sos chrzanowy (1) 50 ml (GLU PSZ, MLE, SO2.) kasza pęczak/sypko 200 g (GLU JEĆZ.) Sałata z jogurtem greckim i szczypiorkiem 100 g (MLE.) Brukselka* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (2) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka dusz. 100 g Sos pomidorowy (2) 50 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa porowa (6) 300 ml (SEL.) Filet z kurczaka dusz. 100 g Sos pomidorowy (6) 50 ml (SEL.) kasza pęczak/sypko 200 g (GLU JEĆZ.) Sałata z jogurtem greckim i szczypiorkiem 100 g (MLE.) Brukselka* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa porowa (1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka dusz. 100 g Sos pomidorowy (2) 50 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) kasza pęczak/sypko 200 g (GLU JEĆZ.) Sałata z jogurtem greckim i szczypiorkiem 100 g (MLE.) Brukselka* 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 brązowy z warzywami i pieczarką (6) 350 g (SO2.) 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.)		Kefir 2% tł 200g 1 szt (MLE.)	Ciasto drożdżowe z/c 70 g (GLU PSZ, JAJ.)
		Wartość energetyczna: 2372.17 kcal; Białko ogółem: 103.21 g; Tłuszcz: 52.83 g; Kw. tł. nasy.: 13.46 g; Węglowodany ogółem: 340.49 g; W tym cukry: 57.10 g; Błonnik pok.: 40.94 g; Sól: 3.70 g; Sód: 1443 mg	Wartość energetyczna: 2123.81 kcal; Białko ogółem: 99.61 g; Tłuszcz: 34.07 g; Kw. tł. nasy.: 10.13 g; Węglowodany ogółem: 328.34 g; W tym cukry: 69.61 g; Błonnik pok.: 28.61 g; Sól: 2.81 g; Sód: 1095,9 mg	Wartość energetyczna: 2220.57 kcal; Białko ogółem: 102.00 g; Tłuszcz: 73.36 g; Kw. tł. nasy.: 16.25 g; Węglowodany ogółem: 293.22 g; W tym cukry: 46.74 g; Błonnik pok.: 41.97 g; Sól: 4.61 g; Sód: 1797,9 mg	Wartość energetyczna: 2531.15 kcal; Białko ogółem: 106.92 g; Tłuszcz: 52.66 g; Kw. tł. nasy.: 13.79 g; Węglowodany ogółem: 379.24 g; W tym cukry: 75.74 g; Błonnik pok.: 46.36 g; Sól: 3.73 g; Sód: 1454,7 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-20 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
2026-05-13 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 Salata 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 Salata 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 Salata 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 Salata 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 (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 bazyliowy (2) 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	kalafiorowa z ziemniakami (6) 300 ml (SEL,) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos bazyliowy (6) 50 ml (SEL,) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty czerwonej (6) 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	kalafiorowa 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			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,) Płatki owsiane 10 g (GLU OW,)	Jabłko pieczone z miodem 1 szt
	Kolacja	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (może zawierać: MLE, GOR,) Ogórek świeży 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,) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (może zawierać: MLE, GOR,) Mus z truskawek* 150 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ,) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (może zawierać: MLE, GOR,) Ogórek świeży 100 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT,) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (może zawierać: MLE, GOR,) Ogórek świeży 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,) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 120g 1 szt		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 120g 1 szt
		Wartość energetyczna: 2271.89 kcal; Białko ogółem: 88.87 g; Tłuszcz: 75.68 g; Kw. tł. nasy.: 14.24 g; Węglowodany ogółem: 318.95 g; W tym cukry: 57.59 g; Błonnik pok.: 32.63 g; Sól: 5.88 g; Sód: 2293,2 mg	Wartość energetyczna: 1986.07 kcal; Białko ogółem: 98.64 g; Tłuszcz: 41.95 g; Kw. tł. nasy.: 11.40 g; Węglowodany ogółem: 312.78 g; W tym cukry: 73.42 g; Błonnik pok.: 24.02 g; Sól: 6.32 g; Sód: 2464,8 mg	Wartość energetyczna: 1925.01 kcal; Białko ogółem: 82.90 g; Tłuszcz: 55.37 g; Kw. tł. nasy.: 12.71 g; Węglowodany ogółem: 273.64 g; W tym cukry: 42.12 g; Błonnik pok.: 28.49 g; Sól: 8.69 g; Sód: 3389,1 mg	Wartość energetyczna: 2360.49 kcal; Białko ogółem: 94.67 g; Tłuszcz: 70.19 g; Kw. tł. nasy.: 13.49 g; Węglowodany ogółem: 354.14 g; W tym cukry: 83.89 g; Błonnik pok.: 33.73 g; Sól: 7.75 g; Sód: 3022,5 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-20 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
2026-05-14 czwartek	Śniadanie	płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Pomidor 100 g Majonez 10 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Cykorria 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Pomidor 100 g Chrzan z jogurtem 20 g (<u>MLE, SO2.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Pomidor 100 g Majonez 10 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Kiwi 1 szt	
	Obiad	Jarzynowa z kaszą kukurydzianą (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab pieczony szarpany 100 g Sos pieczeniowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki (1) 100 g (<u>MLE.</u>) Fasolka szparagowa żółta * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z kaszą kukurydzianą (2) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab pieczony szarpany 100 g Sos pieczeniowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew oprószana (2) 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z kaszą kukurydzianą (6) 300 ml (<u>SEL.</u>) Schab pieczony szarpany 100 g Sos pieczeniowy (6) 50 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki (6) 100 g (<u>MLE.</u>) Fasolka szparagowa żółta * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z kaszą kukurydzianą (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab pieczony szarpany 100 g Sos pieczeniowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki (1) 100 g (<u>MLE.</u>) Fasolka szparagowa żółta * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Pasta z soczewicy czerwonej 100 g Słupki z marchewki 100 g	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową,wędzona,parzona 70 g (<u>może zawierać: SOJ, SEL, GOR.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Ogórek konserwowy 100 g (<u>GOR.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową,wędzona,parzona 70 g (<u>może zawierać: SOJ, SEL, GOR.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałata zielona z pomidorem b/skóry i olejem 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową,wędzona,parzona 70 g (<u>może zawierać: SOJ, SEL, GOR.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową,wędzona,parzona 70 g (<u>może zawierać: SOJ, SEL, GOR.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Galaretką jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g (<u>MLE.</u>)		Koktajl truskawkowy b/c* 200 ml (<u>MLE.</u>)	Galaretką jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g (<u>MLE.</u>)	
	Wartość energetyczna: 2515.03 kcal; Białko ogółem: 118.57 g; Tłuszcz: 67.92 g; Kw. tł. nasy.: 20.88 g; Węglowodany ogółem: 383.13 g; W tym cukry: 58.77 g; Błonnik pok.: 30.58 g; Sól: 9.34 g; Sód: 3642,6 mg	Wartość energetyczna: 2044.14 kcal; Białko ogółem: 107.52 g; Tłuszcz: 62.88 g; Kw. tł. nasy.: 16.87 g; Węglowodany ogółem: 277.99 g; W tym cukry: 61.24 g; Błonnik pok.: 25.37 g; Sól: 4.75 g; Sód: 1852,5 mg	Wartość energetyczna: 2062.58 kcal; Białko ogółem: 109.23 g; Tłuszcz: 57.04 g; Kw. tł. nasy.: 16.92 g; Węglowodany ogółem: 290.21 g; W tym cukry: 52.12 g; Błonnik pok.: 30.73 g; Sól: 7.50 g; Sód: 2925 mg	Wartość energetyczna: 2347.63 kcal; Białko ogółem: 114.06 g; Tłuszcz: 70.49 g; Kw. tł. nasy.: 23.08 g; Węglowodany ogółem: 336.20 g; W tym cukry: 91.14 g; Błonnik pok.: 30.48 g; Sól: 6.64 g; Sód: 2589,6 mg	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-20 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
2026-05-15 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) 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 (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u>)
	II ŚN			Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 35 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Sałata zielona 10 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) smażony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (1) 100 g Warzywa po grecku 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (2)* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet rybny (Miruna) pieczony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos cytrynowy (2) 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Warzywa po grecku 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (6)* 300 ml (<u>SEL.</u>) Pulpet rybny (Miruna) pieczony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos cytrynowy (6) 50 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (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) smażony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (1) 100 g Warzywa po grecku 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Gruszka 150 g	Banan 1szt. 1 szt
	Kolacja	Pasta z twarogu z natką 100 g (<u>MLE.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Pasta z twarogu waniliowa 100 g (<u>MLE.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Pasta z twarogu z natką 140 g (<u>MLE.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Pasta z twarogu z natką 100 g (<u>MLE.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) 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: 2094.70 kcal; Białko ogółem: 95.70 g; Tłuszcz: 57.16 g; Kw. tł. nasy.: 13.10 g; Węglowodany ogółem: 311.42 g; W tym cukry: 56.65 g; Błonnik pok.: 27.24 g; Sól: 6.63 g; Sód: 2585,7 mg	Wartość energetyczna: 2021.44 kcal; Białko ogółem: 94.01 g; Tłuszcz: 45.00 g; Kw. tł. nasy.: 10.71 g; Węglowodany ogółem: 318.58 g; W tym cukry: 85.23 g; Błonnik pok.: 25.43 g; Sól: 4.74 g; Sód: 1848,6 mg	Wartość energetyczna: 1867.83 kcal; Białko ogółem: 91.61 g; Tłuszcz: 48.41 g; Kw. tł. nasy.: 10.27 g; Węglowodany ogółem: 263.41 g; W tym cukry: 38.81 g; Błonnik pok.: 20.01 g; Sól: 8.72 g; Sód: 3400,8 mg	Wartość energetyczna: 2640.65 kcal; Białko ogółem: 108.45 g; Tłuszcz: 66.68 g; Kw. tł. nasy.: 16.83 g; Węglowodany ogółem: 416.19 g; W tym cukry: 139.86 g; Błonnik pok.: 33.73 g; Sól: 6.81 g; Sód: 2655,9 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-20 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	
2026-05-16 sobota	Śniadanie	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Szyunka 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.) Rządkiwka 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Szyunka 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>Szyunka 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 żytni razowy 120 g (GLU ŻYT.) Rządkiwka 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Szyunka 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.) Rządkiwka 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>
	II ŚN		Jabłko 150 g Migdały 20 g (ORZ.)	Jogurt owocowy jogobella 1 szt (MLE.)	
	Obiad	<p>barszcz czerwony z ziemniakami (1)* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kotlet drobiowy smaż. 100 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka żydowska (1) 100 g Bukiet warzyw królewski got. 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>	<p>barszcz czerwony z ziemniakami (2)* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bitka z piersi kurczaka duszona 100 g (GLU PSZ.) Sos majerankowy (2)* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet warzyw królewski got. 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>	<p>barszcz czerwony z ziemniakami (6)* 300 ml (SEL.) Bitka z piersi kurczaka duszona 100 g (GLU PSZ.) Sos majerankowy (6)* 50 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka żydowska (6) 100 g Bukiet warzyw królewski got. 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>	<p>barszcz czerwony z ziemniakami (1)* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kotlet drobiowy smaż. 100 g (GLU PSZ.) Surówka żydowska (1) 100 g Bukiet warzyw królewski got. 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Ziemniaki gotowane 200 g</p>
	PD		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.) Płatki owsiane 10 g (GLU OW.)	Sok jabłkowo-gruszkowy 0,195L-100% tłoczony 1 szt	
	Kolacja	<p>Szyunka 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.) Ogórek konserwowy 100 g (GOR.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g</p>	<p>Szyunka 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.) Sałata zielona z pomidorem b/skóry i oliwą 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g</p>	<p>Szyunka 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 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</p>	<p>Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (SOJ.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Ogórek świeży 100 g 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</p>
	PN	Galaretka wiśniowa 250 g	Galaretka brzoskwiowa (2) 250 g	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Galaretka wiśniowa 250 g
		Wartość energetyczna: 1965.36 kcal; Białko ogółem: 99.18 g; Tłuszcz: 54.40 g; Kw. tł. nasy.: 10.91 g; Węglowodany ogółem: 288.59 g; W tym cukry: 49.79 g; Błonnik pok.: 26.08 g; Sól: 9.54 g; Sód: 3720,6 mg	Wartość energetyczna: 1985.60 kcal; Białko ogółem: 100.88 g; Tłuszcz: 62.73 g; Kw. tł. nasy.: 12.13 g; Węglowodany ogółem: 265.26 g; W tym cukry: 47.24 g; Błonnik pok.: 19.53 g; Sól: 6.49 g; Sód: 2531,1 mg	Wartość energetyczna: 2011.34 kcal; Białko ogółem: 95.73 g; Tłuszcz: 69.30 g; Kw. tł. nasy.: 11.89 g; Węglowodany ogółem: 260.28 g; W tym cukry: 42.52 g; Błonnik pok.: 24.59 g; Sól: 11.54 g; Sód: 4500,6 mg	Wartość energetyczna: 2031.76 kcal; Białko ogółem: 99.74 g; Tłuszcz: 54.39 g; Kw. tł. nasy.: 10.94 g; Węglowodany ogółem: 304.81 g; W tym cukry: 64.42 g; Błonnik pok.: 26.25 g; Sól: 8.58 g; Sód: 3346,2 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-20 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
2026-05-17 niedziela	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Pasta z jaj ze szczypiorkiem (1) 100 g (<u>JAJ, GOR</u>) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Ogórek świeży 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Pomidor b/skórki 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Pasta z jaj ze szczypiorkiem (6) 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT</u>) Ogórek świeży 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Pasta z jaj ze szczypiorkiem (1) 120 g (<u>JAJ, GOR</u>) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Ogórek świeży 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami* (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Mięso mielone w sosie pomidorowym+ser (1,6) 150 g (<u>MLE</u>) Makaron Spaghetti razowy 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem (1) 100 g Buraczki gotowane (1,2) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Semik 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>)	Brokułowa z ziemniakami* (2) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Mięso mielone w sosie pomidorowym 150 g Makaron Spaghetti 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki gotowane (1,2) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Ciasto drożdżowe 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)	Brokułowa z ziemniakami* (6) 300 ml (<u>SEL</u>) Mięso mielone w sosie pomidorowym+ser (1,6) 150 g (<u>MLE</u>) Makaron Spaghetti razowy 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem (6) 100 g Zielona fasolka szparagowa * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Mięso mielone w sosie pomidorowym+ser (1,6) 150 g (<u>MLE</u>) Makaron Spaghetti 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem (1) 100 g Buraczki gotowane (1,2) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Semik 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>)
	PD			Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 35 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT</u>)	Serek homogenizowany o smaku waniliowym Danio 1 szt (<u>MLE</u>)
	Kolacja	Schab duszony plastry 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Salata zielona 25 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Schab duszony plastry 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Salata zielona 25 g Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Schab duszony plastry 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Schab duszony plastry 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Salata zielona 25 g Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)
	PN	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)			
	Wartość energetyczna: 2656.91 kcal; Białko ogółem: 136.58 g; Tłuszcz: 100.62 g; Kw. tł. nasy.: 29.67 g; Węglowodany ogółem: 313.19 g; W tym cukry: 47.92 g; Błonnik pok.: 20.15 g; Sól: 5.90 g; Sód: 2301 mg	Wartość energetyczna: 2685.91 kcal; Białko ogółem: 136.12 g; Tłuszcz: 66.68 g; Kw. tł. nasy.: 20.97 g; Węglowodany ogółem: 337.20 g; W tym cukry: 49.22 g; Błonnik pok.: 19.56 g; Sól: 6.41 g; Sód: 2499,9 mg	Wartość energetyczna: 2110.06 kcal; Białko ogółem: 111.90 g; Tłuszcz: 79.16 g; Kw. tł. nasy.: 21.66 g; Węglowodany ogółem: 241.12 g; W tym cukry: 44.46 g; Błonnik pok.: 18.93 g; Sól: 7.50 g; Sód: 2925 mg	Wartość energetyczna: 3064.05 kcal; Białko ogółem: 151.20 g; Tłuszcz: 109.22 g; Kw. tł. nasy.: 33.18 g; Węglowodany ogółem: 386.21 g; W tym cukry: 78.84 g; Błonnik pok.: 25.19 g; Sól: 6.25 g; Sód: 2437,5 mg	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-20 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
2026-05-18 poniedziałek	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Paszтет drobiowy Sokółów 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) Pomidorki koktajlowe 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 70 g (może zawierać: SOJ, SEL, 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 od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 70 g (może zawierać: SOJ, SEL, GOR) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT) Pomidorki koktajlowe 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Paszтет drobiowy Sokółów 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) Pomidorki koktajlowe 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Paszтет sojowy 60 g (SOJ, GOR) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT)	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE)
	Obiad	Solferino (1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Naleśniki razowe z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Mus z malin z/c 150 g Surówka z marchwi i jabłka (1,2,6) 200 g (MLE) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Solferino (2) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pierogi z serem* 350 g (GLU PSZ, MLE) Mus z truskawek z/c 150 g Surówka z marchwi i jabłka (1,2,6) 200 g (MLE) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Solferino (6) 300 ml (SEL) Naleśniki razowe z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Mus z malin b/c 150 g Surówka z marchwi i jabłka (1,2,6) 200 g (MLE) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Solferino (1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Naleśniki razowe z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Mus z malin z/c 150 g Surówka z marchwi i jabłka (1,2,6) 200 g (MLE) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Gruszka 1szt. 150 g	Galaretka o smaku brzoskwińowym 150 g
	Kolacja	Serek homogenizowany ze szczypiorkiem 120 g (MLE) margaryna porcjowa 10g 2 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) 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	Serek homogenizowany z koperkiem 120 g (MLE) 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	Serek homogenizowany ze szczypiorkiem 140 g (MLE) 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	Serek homogenizowany ze szczypiorkiem 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) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 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)	Sok jabłkowo-gruszkowy 0,195L-100% tłoczony 1 szt
	Wartość energetyczna: 2329.95 kcal; Białko ogółem: 94.35 g; Tłuszcz: 95.77 g; Kw. tł. nasy.: 20.12 g; Węglowodany ogółem: 296.48 g; W tym cukry: 85.96 g; Błonnik pok.: 33.97 g; Sól: 5.51 g; Sód: 2148,9 mg	Wartość energetyczna: 2479.16 kcal; Białko ogółem: 109.01 g; Tłuszcz: 62.92 g; Kw. tł. nasy.: 15.87 g; Węglowodany ogółem: 382.30 g; W tym cukry: 90.41 g; Błonnik pok.: 30.51 g; Sól: 4.22 g; Sód: 1645,8 mg	Wartość energetyczna: 2278.26 kcal; Białko ogółem: 93.10 g; Tłuszcz: 102.84 g; Kw. tł. nasy.: 18.56 g; Węglowodany ogółem: 254.74 g; W tym cukry: 60.81 g; Błonnik pok.: 31.57 g; Sól: 9.48 g; Sód: 3697,2 mg	Wartość energetyczna: 2439.99 kcal; Białko ogółem: 98.62 g; Tłuszcz: 93.62 g; Kw. tł. nasy.: 21.21 g; Węglowodany ogółem: 324.51 g; W tym cukry: 117.89 g; Błonnik pok.: 34.63 g; Sól: 5.65 g; Sód: 2203,5 mg	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-20 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	
2026-05-19 wtorek	Śniadanie	Makaron drobny 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 konserwowy 100 g (GOR.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Makaron drobny 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 brzoskwiń 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.) Sałata zielona 10 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Makaron drobny 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 konserwowy 100 g (GOR.) 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.)	Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	
	Obiad	ogórkowa z ziemniakami*(1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Udko z kurczaka pieczone z/k z/s 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Sałata lodowa 100 g (GOR.) Fasolka szparagowa żółta 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krem z dyni (2) z grzankami 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL. może zawierać: SOJ.) Udko z kurczaka pieczone z/k z/s 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchew duszona 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	ogórkowa z ziemniakami*(6) 300 ml (SEL.) Udko z kurczaka pieczone z/k z/s 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Sałata lodowa 100 g (GOR.) Fasolka szparagowa żółta 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	ogórkowa z ziemniakami*(1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Udko z kurczaka pieczone z/k z/s 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa żółta 100 g Sałata lodowa 100 g (GOR.) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Koktajl truskawkowy* b/c 250 ml (MLE.)	Koktajl bananowy 250 ml (MLE.)	
	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	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Maślanka 150 ml (MLE.) Otręby pszenne 10 g (GLU PSZ.)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 1999.06 kcal; Białko ogółem: 89.40 g; Tłuszcz: 70.42 g; Kw. tł. nasy.: 15.22 g; Węglowodany ogółem: 271.86 g; W tym cukry: 33.63 g; Błonnik pok.: 26.41 g; Sól: 8.25 g; Sód: 3217,5 mg	Wartość energetyczna: 1920.75 kcal; Białko ogółem: 88.25 g; Tłuszcz: 55.23 g; Kw. tł. nasy.: 13.27 g; Węglowodany ogółem: 283.38 g; W tym cukry: 68.76 g; Błonnik pok.: 29.34 g; Sól: 5.42 g; Sód: 2113,8 mg	Wartość energetyczna: 2072.04 kcal; Białko ogółem: 97.04 g; Tłuszcz: 76.78 g; Kw. tł. nasy.: 16.19 g; Węglowodany ogółem: 256.49 g; W tym cukry: 36.69 g; Błonnik pok.: 23.86 g; Sól: 11.17 g; Sód: 4356,3 mg	Wartość energetyczna: 2242.16 kcal; Białko ogółem: 104.53 g; Tłuszcz: 67.84 g; Kw. tł. nasy.: 17.06 g; Węglowodany ogółem: 323.08 g; W tym cukry: 75.02 g; Błonnik pok.: 26.15 g; Sól: 8.34 g; Sód: 3252,6 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-20 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	
2026-05-20 środa	Śniadanie	<p>płatki ryżowe na mleku 300 ml (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 Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g</p>	<p>płatki ryżowe na mleku 300 ml (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,) Cykoria 40 g Salata 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 Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g</p>	<p>płatki ryżowe na mleku 300 ml (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 Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>
	II ŚN		Kiwi 1 szt 150 g	Ciastka zbożowe z owocami 1 szt (GLU PSZ, MLE,)	
	Obiad	<p>Rosół z makaronem nitki 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Filet z kurczaka po hawajsku 120 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Sos ananasowy (1) 50 ml Kasza bulgur 200 g (GLU PSZ,) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem (1) 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>	<p>Rosół z makaronem nitki 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Filet z kurczaka duszony 100 g Sos ziołowy (2) 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza jaglana na sypko 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>	<p>Rosół z makaronem brązowym(6) 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Filet z kurczaka duszony 100 g Sos ziołowy (6) 50 ml (SEL,) Kasza bulgur 200 g (GLU PSZ,) Surówka z kapusty pekińskiej z papryki z olejem (6) 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>	<p>Rosół z makaronem nitki 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Filet z kurczaka po hawajsku 120 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Sos ananasowy (1) 50 ml Kasza bulgur 200 g (GLU PSZ,) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem (1) 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>
	PD		Ser zółty 35 g (MLE,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT,)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,)	
	Kolacja	<p>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (może zawierać: MLE, 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 Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g</p>	<p>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (może zawierać: MLE, GOR,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ,) Mus z jabłek b/c 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g</p>	<p>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (może zawierać: MLE, GOR,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT,) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g</p>	<p>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (może zawierać: MLE, 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 Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>
	PN	Kisiel z truskawkami b/c* 250 ml			
		<p>Wartość energetyczna: 2395.93 kcal; Białko ogółem: 124.41 g; Tłuszcz: 74.29 g; Kw. tł. nasy.: 16.04 g; Węglowodany ogółem: 314.23 g; W tym cukry: 41.11 g; Błonnik pok.: 23.96 g; Sól: 7.80 g; Sód: 3042 mg</p>	<p>Wartość energetyczna: 2000.71 kcal; Białko ogółem: 119.57 g; Tłuszcz: 40.57 g; Kw. tł. nasy.: 11.01 g; Węglowodany ogółem: 296.12 g; W tym cukry: 52.34 g; Błonnik pok.: 23.06 g; Sól: 5.97 g; Sód: 2328,3 mg</p>	<p>Wartość energetyczna: 2047.73 kcal; Białko ogółem: 113.69 g; Tłuszcz: 57.00 g; Kw. tł. nasy.: 16.77 g; Węglowodany ogółem: 264.73 g; W tym cukry: 37.23 g; Błonnik pok.: 20.79 g; Sól: 9.71 g; Sód: 3786,9 mg</p>	<p>Wartość energetyczna: 2596.88 kcal; Białko ogółem: 132.27 g; Tłuszcz: 82.74 g; Kw. tł. nasy.: 20.76 g; Węglowodany ogółem: 336.56 g; W tym cukry: 46.33 g; Błonnik pok.: 24.72 g; Sól: 7.97 g; Sód: 3108,3 mg</p>

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,