

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-21 do dnia 2026-05-31 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
2026-05-21 czwartek	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (SOJ.) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (SOJ.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) 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 2 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	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (SOJ.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt 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 Papryka świeża słupki 70 g
	II ŚN			Jabłko 150 g Migdały 20 g (ORZ.)	Jabłko 150 g
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami (1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schabowy smażony 100 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z marchwi i chrzanu (1) 100 g (MLE, S02.) Bukiet warzyw euro mix 100 g (może zawierać: SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krem z dyni z grzankami(2)* 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SOJ.) Wieprzowina pieczona szarpana 100 g Sos pomidorowy (2) 50 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (2)* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami (6) 300 ml (SEL.) Wieprzowina pieczona szarpana 100 g Sos pomidorowy (6) 50 ml Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z marchwi i chrzanu (6) 100 g (MLE, S02.) Bukiet warzyw euro mix 100 g (może zawierać: SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami (1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schabowy smażony 100 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z marchwi i chrzanu (1) 100 g (MLE, S02.) Bukiet warzyw euro mix 100 g (może zawierać: SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Maślanka 150 ml (MLE.) Papryka świeża słupki 70 g	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.)
	Kolacja	Schab pieczony 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 25 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	Koktajl bananowy 250 ml (MLE.)		Koktajl porzeczkowy b/c 250 ml (MLE.)	Koktajl bananowy 250 ml (MLE.)
		Wartość energetyczna: 2076.46 kcal; Białko ogółem: 114.29 g; Tłuszcz: 55.71 g; Kw. tł. nasy.: 14.75 g; Węglowodany ogółem: 299.46 g; W tym cukry: 60.57 g; Błonnik pok.: 23.74 g; Sól: 7.56 g; Sód: 2948,4 mg	Wartość energetyczna: 2065.62 kcal; Białko ogółem: 118.18 g; Tłuszcz: 53.17 g; Kw. tł. nasy.: 14.08 g; Węglowodany ogółem: 294.40 g; W tym cukry: 71.22 g; Błonnik pok.: 27.65 g; Sól: 5.46 g; Sód: 2129,4 mg	Wartość energetyczna: 2056.94 kcal; Białko ogółem: 110.61 g; Tłuszcz: 69.77 g; Kw. tł. nasy.: 13.76 g; Węglowodany ogółem: 257.11 g; W tym cukry: 58.54 g; Błonnik pok.: 24.90 g; Sól: 8.77 g; Sód: 3420,3 mg	Wartość energetyczna: 2243.36 kcal; Białko ogółem: 120.12 g; Tłuszcz: 54.56 g; Kw. tł. nasy.: 15.99 g; Węglowodany ogółem: 340.38 g; W tym cukry: 101.38 g; Błonnik pok.: 28.65 g; Sól: 7.71 g; Sód: 3006,9 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-21 do dnia 2026-05-31 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	
2026-05-22 piątek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (może zawierać: MLE, GOR.) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (może zawierać: MLE, GOR.) 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (może zawierać: MLE, GOR.) 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	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (może zawierać: MLE, GOR.) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN		Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 40 g (może zawierać: SOJ, SEL, GOR.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Sałata zielona 10 g	Śliwka 150 g	
	Obiad	Grochowa z ziemniakami z kielbasą(1) 300 ml (SOJ, SEL, GOR.) Ryba smażona (miruna) 100 g (GLU PSZ, RYB.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (1,6) 100 g Warzywa po grecku (1,2)* 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krupnik ryżowy z ziemniakami*(2) 300 ml (SEL.) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB.) Sos cytrynowy (2) 50 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Warzywa po grecku (1,2)* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami z kielbasą * (6) 300 ml (SOJ, SEL, GOR.) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB.) Sos cytrynowy (6) 50 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (1,6) 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami z kielbasą(1) 300 ml (SOJ, SEL, GOR.) Ryba smażona (miruna) 100 g (GLU PSZ, RYB.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (1,6) 100 g Warzywa po grecku (1,2)* 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Kefir 2% tł 200g 1 szt (MLE.) Słupki z marchewki 70 g	Sok jabłkowo-aroniowy 0,2L NFC -100% tłoczony 1 szt	
	Kolacja	Paszтет z soczewicy () 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.) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Paszтет warzywny (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 soczewicy () 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT.) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 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.) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.) Pomidorki koktajlowe 60 g	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)	
		Wartość energetyczna: 2336.01 kcal; Białko ogółem: 115.23 g; Tłuszcz: 64.45 g; Kw. tł. nasy.: 13.77 g; Węglowodany ogółem: 346.70 g; W tym cukry: 57.22 g; Błonnik pok.: 39.93 g; Sól: 7.14 g; Sód: 2784,6 mg	Wartość energetyczna: 1914.75 kcal; Białko ogółem: 94.39 g; Tłuszcz: 43.72 g; Kw. tł. nasy.: 10.60 g; Węglowodany ogółem: 299.86 g; W tym cukry: 67.84 g; Błonnik pok.: 29.08 g; Sól: 5.01 g; Sód: 1953,9 mg	Wartość energetyczna: 2309.27 kcal; Białko ogółem: 113.48 g; Tłuszcz: 74.57 g; Kw. tł. nasy.: 15.86 g; Węglowodany ogółem: 302.64 g; W tym cukry: 30.20 g; Błonnik pok.: 31.17 g; Sól: 9.75 g; Sód: 3802,5 mg	Wartość energetyczna: 2226.17 kcal; Białko ogółem: 113.50 g; Tłuszcz: 52.11 g; Kw. tł. nasy.: 12.99 g; Węglowodany ogółem: 347.92 g; W tym cukry: 86.71 g; Błonnik pok.: 36.38 g; Sól: 8.73 g; Sód: 3404,7 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-21 do dnia 2026-05-31 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
2026-05-23 sobota	Śniadanie	Tapioka na mleku 300 ml (MLE) Twarożek ze szczypiorkiem 100 g (MLE) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Tapioka na mleku 300 ml (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) 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	Twarożek ze szczypiorkiem 140 g (MLE) 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	Tapioka na mleku 300 ml (MLE) Twarożek ze szczypiorkiem 100 g (MLE) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Schab pieczony 35 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Sałata zielona 10 g	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE)
	Obiad	Kapuśniak (1,6) 300 ml (SEL) Befszyk mielony wieprzowy pieczony z cebulką 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z selera i marchwi (1,6) 100 g (SEL) Brokuł gotowany * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zacierkowa (2) 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL) Pulpet wieprzowy pieczony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy (2)* 50 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Brokuł gotowany * 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kapuśniak (1,6) 300 ml (SEL) Pulpet wieprzowy pieczony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy (6)* 50 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z selera i marchwi (1,6) 100 g (SEL) Brokuł gotowany * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kapuśniak (1,6) 300 ml (SEL) Befszyk mielony wieprzowy pieczony z cebulką 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z selera i marchwi (1,6) 100 g (SEL) Brokuł gotowany * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Kiwi 1 szt Migdały 20 g (ORZ)	Kiwi 150g 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	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Stupki z ogórka obranego 70 g Maślanka 150 ml (MLE)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2369.78 kcal; Białko ogółem: 100.91 g; Tłuszcz: 88.79 g; Kw. tł. nasy.: 18.49 g; Węglowodany ogółem: 313.29 g; W tym cukry: 42.04 g; Błonnik pok.: 31.68 g; Sól: 6.46 g; Sód: 2519,4 mg	Wartość energetyczna: 2109.29 kcal; Białko ogółem: 106.33 g; Tłuszcz: 49.26 g; Kw. tł. nasy.: 15.24 g; Węglowodany ogółem: 325.71 g; W tym cukry: 46.99 g; Błonnik pok.: 26.65 g; Sól: 4.29 g; Sód: 1673,1 mg	Wartość energetyczna: 2295.08 kcal; Białko ogółem: 119.74 g; Tłuszcz: 79.17 g; Kw. tł. nasy.: 18.14 g; Węglowodany ogółem: 285.41 g; W tym cukry: 49.75 g; Błonnik pok.: 30.73 g; Sól: 7.98 g; Sód: 3112,2 mg	Wartość energetyczna: 2583.98 kcal; Białko ogółem: 106.42 g; Tłuszcz: 93.24 g; Kw. tł. nasy.: 21.06 g; Węglowodany ogółem: 352.62 g; W tym cukry: 77.81 g; Błonnik pok.: 35.04 g; Sól: 6.63 g; Sód: 2585,7 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-21 do dnia 2026-05-31 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	
2026-05-24 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,) Salata 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,) Salata 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,) Salata 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,) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN		Serek homo. naturalny 50 g (MLE,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT,) Salata zielona 10 g	Sok jablkowy 0,2 l NFC 100% tłoczony kubek 1 szt	
	Obiad	Krem z brokuł z grzankami(1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Poledwiczki drobiowe pieczone 100 g (GLU PSZ,) 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 biskoptowo tłuszczowego 100 g (GLU PSZ, JAJ, S02,)	Krem z brokuł (2) z grzankami 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Poledwiczki drobiowe pieczone 100 g (GLU PSZ,) 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,) Poledwiczki drobiowe pieczone w ziołach (6) 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 z grzankami(1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Poledwiczki drobiowe pieczone 100 g (GLU PSZ,) 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 biskoptowo tłuszczowego 100 g (GLU PSZ, JAJ, S02,)
	PD		Pomarańcza 1 szt. 1 szt Orzechy arachidowe 20 g (może zawierać: GLU PSZ, OZI, ORZ, SEZ,)	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia 120g 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 Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	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,) Cykoria 40 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	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	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 Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)
	PN	Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml		Kisiel z czarnej porzeczki b/c* 200 ml	Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml
		Wartość energetyczna: 2453.64 kcal; Białko ogółem: 107.95 g; Tłuszcz: 72.10 g; Kw. tł. nasy.: 15.82 g; Węglowodany ogółem: 357.80 g; W tym cukry: 52.48 g; Błonnik pok.: 29.63 g; Sól: 8.81 g; Sód: 3435,9 mg	Wartość energetyczna: 2488.15 kcal; Białko ogółem: 111.47 g; Tłuszcz: 50.74 g; Kw. tł. nasy.: 12.08 g; Węglowodany ogółem: 343.62 g; W tym cukry: 62.54 g; Błonnik pok.: 24.45 g; Sól: 9.42 g; Sód: 3673,8 mg	Wartość energetyczna: 1919.99 kcal; Białko ogółem: 91.98 g; Tłuszcz: 55.33 g; Kw. tł. nasy.: 10.38 g; Węglowodany ogółem: 266.23 g; W tym cukry: 46.45 g; Błonnik pok.: 27.97 g; Sól: 9.52 g; Sód: 3712,8 mg	Wartość energetyczna: 2565.14 kcal; Białko ogółem: 108.68 g; Tłuszcz: 66.48 g; Kw. tł. nasy.: 14.72 g; Węglowodany ogółem: 396.91 g; W tym cukry: 84.41 g; Błonnik pok.: 29.86 g; Sól: 8.84 g; Sód: 3447,6 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-21 do dnia 2026-05-31 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
2026-05-25 poniedziałek	Śniadanie	Platki jaglane na mleku 300 g (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) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Platki jaglane na mleku 300 g (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 Mus z truskawek gotowanych* 150 g Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ) 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, S02) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Cytryna 5 g	Platki jaglane na mleku 300 g (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) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g
	II ŚN			Hummus z ciecierzycy 100 g Stupki z marchewki 100 g	Banan 1szt. 1 szt
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż z jabłkiem duszonym i cynamonem 350 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE) Surówka z marchwi i jabłka (1) 200 g (MLE) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (2) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż z jabłkiem duszonym i cynamonem 350 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE) Surówka z marchwi i jabłka (2) 200 g (MLE) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami (6)* 300 ml (SEL) Sos warzywny z ciecierzycą 200 g (S02) Ryż na sytko (brązowy) 200 g Surówka z marchwi i jabłka (6) 200 g (MLE) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Naleśniki z dżemem brzoskwińowym 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Surówka z marchwi i jabłka (1) 200 g (MLE) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Maślanka 150 ml (MLE) Kiwi (g) 100 g	Jogurt brzoskwińowy 150g 1 szt (MLE)
	Kolacja	Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (SOJ) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (SOJ) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ) 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) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (SOJ) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok jabłkowo-gruszkowy 0,195L-100% tłoczony 1 szt		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Migdały 20 g (ORZ)	Sok jabłkowo-gruszkowy 0,195L-100% tłoczony 1 szt
		Wartość energetyczna: 2153.68 kcal; Białko ogółem: 85.55 g; Tłuszcz: 48.38 g; Kw. tł. nasy.: 13.40 g; Węglowodany ogółem: 366.72 g; W tym cukry: 91.03 g; Błonnik pok.: 35.55 g; Sól: 8.12 g; Sód: 3166,8 mg	Wartość energetyczna: 2033.74 kcal; Białko ogółem: 84.21 g; Tłuszcz: 38.38 g; Kw. tł. nasy.: 10.83 g; Węglowodany ogółem: 354.65 g; W tym cukry: 106.72 g; Błonnik pok.: 29.82 g; Sól: 6.60 g; Sód: 2574 mg	Wartość energetyczna: 2087.63 kcal; Białko ogółem: 83.01 g; Tłuszcz: 59.40 g; Kw. tł. nasy.: 8.47 g; Węglowodany ogółem: 319.06 g; W tym cukry: 57.60 g; Błonnik pok.: 43.96 g; Sól: 11.39 g; Sód: 4442,1 mg	Wartość energetyczna: 2362.35 kcal; Białko ogółem: 81.93 g; Tłuszcz: 59.16 g; Kw. tł. nasy.: 15.54 g; Węglowodany ogółem: 398.06 g; W tym cukry: 129.60 g; Błonnik pok.: 33.75 g; Sól: 8.28 g; Sód: 3229,2 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-21 do dnia 2026-05-31 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
2026-05-26 wtorek	Śniadanie	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Paszтет drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 70 g (<u>może zawierać: SOJ, SEL, GOR.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 70 g (<u>może zawierać: SOJ, SEL, GOR.</u>) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 70 g (<u>może zawierać: SOJ, SEL, GOR.</u>) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Rzodkiewka 50 g	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt
	Obiad	pieczarkowa z makaronem (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02.</u>) Gołąbek z kapusty włoskiej ryżem i wieprzowiną pieczony (1,6) 200 g (<u>JAJ.</u>) Sos pomidorowy (1) 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem (1) 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	grysikowa z ziemniakami (2) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Klops ryżowo-wieprzowy pieczony (2) 100 g Sos pomidorowy (2) 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Szpinak gotowany (2) 200 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	pieczarkowa z makaronem razowym (6) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, S02.</u>) Gołąbek z kapusty włoskiej ryżem i wieprzowiną pieczony (1,6) 200 g (<u>JAJ.</u>) Sos pomidorowy (6) 100 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem (6) 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	pieczarkowa z makaronem (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02.</u>) Gołąbek z kapusty włoskiej ryżem i wieprzowiną pieczony (1,6) 200 g (<u>JAJ.</u>) Sos pomidorowy (1) 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem (1) 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Gruszka 150 g	
	Kolacja	Schab pieczony 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Schab pieczony 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) buraczki z jabłkiem 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Schab pieczony 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Schab pieczony 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Budyń o smaku waniliowym z/c +mus z truskawki 250 ml (<u>MLE.</u>)		Budyń o smaku waniliowym b/c +mus z truskawki 250 ml (<u>MLE.</u>)	Budyń o smaku waniliowym z/c +mus z truskawki 250 ml (<u>MLE.</u>)
	Wartość energetyczna: 2415.51 kcal; Białko ogółem: 118.89 g; Tłuszcz: 71.63 g; Kw. tł. nasy.: 17.67 g; Węglowodany ogółem: 347.58 g; W tym cukry: 73.09 g; Błonnik pok.: 32.78 g; Sól: 5.15 g; Sód: 2008,5 mg	Wartość energetyczna: 2252.15 kcal; Białko ogółem: 111.57 g; Tłuszcz: 58.86 g; Kw. tł. nasy.: 18.90 g; Węglowodany ogółem: 336.87 g; W tym cukry: 81.92 g; Błonnik pok.: 29.07 g; Sól: 5.21 g; Sód: 2031,9 mg	Wartość energetyczna: 2201.74 kcal; Białko ogółem: 108.40 g; Tłuszcz: 68.33 g; Kw. tł. nasy.: 20.54 g; Węglowodany ogółem: 298.70 g; W tym cukry: 63.79 g; Błonnik pok.: 30.17 g; Sól: 7.49 g; Sód: 2921,1 mg	Wartość energetyczna: 2551.30 kcal; Białko ogółem: 120.15 g; Tłuszcz: 71.47 g; Kw. tł. nasy.: 21.55 g; Węglowodany ogółem: 382.63 g; W tym cukry: 104.21 g; Błonnik pok.: 35.79 g; Sól: 6.89 g; Sód: 2687,1 mg	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-21 do dnia 2026-05-31 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	
2026-05-27 środa	Śniadanie	makaron orzo na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 70 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	makaron orzo na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) 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.) Cykoria 40 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	makaron orzo na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 70 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN		Twarożek z ziołami 50 g (MLE.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Sałata zielona 10 g	Banan 1szt. 1 szt	
	Obiad	Pomidorowa z ryżem (1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos meksykański (1) 50 g (GLU PSZ.) Kasza bulgur 200 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (1) 100 g Brokuł gotowany * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem (2) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos majerankowy (2) 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jaglana na sypko 200 g Brokuł gotowany * 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem brązowym (6) 300 ml (SEL.) Filet z kurczaka pieczony (6) 100 g Sos majerankowy (6) 50 ml (SEL.) Kasza bulgur 200 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (6) 100 g Brokuł gotowany * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem (1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos meksykański (1) 50 g (GLU PSZ.) Kasza bulgur 200 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (1) 100 g Brokuł gotowany * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Mandarynka 100 g Maślanka 150 ml (MLE.)	Sok jabłkowy 0,2 l NFC 100% tłoczony kubek 1 szt	
	Kolacja	Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Papryka świeża żółta 100 g Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Miód (25g) 1 szt Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Serek homo. naturalny 140 g (MLE.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT.) Papryka świeża żółta 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Papryka świeża żółta 100 g Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Koktajl truskawkowy z/c 200 ml (MLE.)		Koktajl truskawkowy b/c 200 ml (MLE.) Otręby pszenne 10 g (GLU PSZ.)	Koktajl truskawkowy z/c 200 ml (MLE.)
		Wartość energetyczna: 2112.34 kcal; Białko ogółem: 112.17 g; Tłuszcz: 53.41 g; Kw. tł. nasy.: 12.94 g; Węglowodany ogółem: 306.79 g; W tym cukry: 73.51 g; Błonnik pok.: 20.93 g; Sól: 7.50 g; Sód: 2925 mg	Wartość energetyczna: 1879.34 kcal; Białko ogółem: 110.51 g; Tłuszcz: 39.57 g; Kw. tł. nasy.: 11.54 g; Węglowodany ogółem: 282.01 g; W tym cukry: 77.34 g; Błonnik pok.: 17.90 g; Sól: 4.16 g; Sód: 1622,4 mg	Wartość energetyczna: 2066.45 kcal; Białko ogółem: 119.21 g; Tłuszcz: 55.81 g; Kw. tł. nasy.: 12.46 g; Węglowodany ogółem: 272.41 g; W tym cukry: 46.77 g; Błonnik pok.: 21.88 g; Sól: 9.12 g; Sód: 3556,8 mg	Wartość energetyczna: 2401.54 kcal; Białko ogółem: 114.43 g; Tłuszcz: 54.16 g; Kw. tł. nasy.: 13.37 g; Węglowodany ogółem: 378.09 g; W tym cukry: 133.58 g; Błonnik pok.: 24.39 g; Sól: 7.53 g; Sód: 2936,7 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-21 do dnia 2026-05-31 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
2026-05-28 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (SOJ.) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (SOJ.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Mus z truskawek* 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (SOJ.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT.) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (SOJ.) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Pomarańcza 1 szt Kefir 2% t 200g 1 szt (MLE.)	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt
	Obiad	Rosół z makaronem (1,2)* 300 ml (GLU PSZ, SEL.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty czerwonej (1) 100 g Buraczki gotowane (1,2) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem (1,2)* 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 120 g Sos bazyliowy (2) 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki gotowane (1,2) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem (6) pełnoziarnisty* 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 120 g Sos bazyliowy (6) 50 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty czerwonej (6) 100 g Fasolka szparagowa zielona* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem (1,2)* 300 ml (GLU PSZ, SEL.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty czerwonej (1) 100 g Buraczki gotowane (1,2) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Sałata zielona 10 g	Ciastka różne 40 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)
	Kolacja	Schab pieczony 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Schab pieczony 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Pomidor b/skórki 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Schab pieczony 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Schab pieczony 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)		Jogurt naturalny 2,5% t 150g 1 szt (MLE.) Słupki z ogórka obranego 70 g	Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)
	Wartość energetyczna: 2292.73 kcal; Białko ogółem: 127.85 g; Tłuszcz: 68.51 g; Kw. tł. nasy.: 17.61 g; Węglowodany ogółem: 311.43 g; W tym cukry: 41.49 g; Błonnik pok.: 26.36 g; Sól: 6.51 g; Sód: 2538,9 mg	Wartość energetyczna: 2172.49 kcal; Białko ogółem: 126.71 g; Tłuszcz: 57.13 g; Kw. tł. nasy.: 15.72 g; Węglowodany ogółem: 302.57 g; W tym cukry: 55.65 g; Błonnik pok.: 21.75 g; Sól: 5.08 g; Sód: 1981,2 mg	Wartość energetyczna: 2254.55 kcal; Białko ogółem: 131.37 g; Tłuszcz: 74.19 g; Kw. tł. nasy.: 21.22 g; Węglowodany ogółem: 276.65 g; W tym cukry: 51.01 g; Błonnik pok.: 26.49 g; Sól: 8.45 g; Sód: 3295,5 mg	Wartość energetyczna: 2544.73 kcal; Białko ogółem: 130.27 g; Tłuszcz: 81.38 g; Kw. tł. nasy.: 24.52 g; Węglowodany ogółem: 343.29 g; W tym cukry: 52.96 g; Błonnik pok.: 26.02 g; Sól: 6.73 g; Sód: 2624,7 mg	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-21 do dnia 2026-05-31 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
2026-05-29 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	Jarzynowa z kaszą kukurydzianą (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 Orzechy arachidowe 20 g (może zawierać: GLU PSZ, OZI, ORZ, SEZ,)	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 Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 21 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Kisiel z truskawkami z/c* 200 ml
		Wartość energetyczna: 1996.75 kcal; Białko ogółem: 91.80 g; Tłuszcz: 56.59 g; Kw. tł. nasy.: 12.82 g; Węglowodany ogółem: 292.97 g; W tym cukry: 55.70 g; Błonnik pok.: 27.66 g; Sól: 6.63 g; Sód: 2585,7 mg	Wartość energetyczna: 1917.52 kcal; Białko ogółem: 92.12 g; Tłuszcz: 44.76 g; Kw. tł. nasy.: 10.62 g; Węglowodany ogółem: 294.38 g; W tym cukry: 85.79 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sól: 4.73 g; Sód: 1844,7 mg	Wartość energetyczna: 2056.63 kcal; Białko ogółem: 96.92 g; Tłuszcz: 58.50 g; Kw. tł. nasy.: 11.27 g; Węglowodany ogółem: 283.11 g; W tym cukry: 39.77 g; Błonnik pok.: 22.38 g; Sól: 8.95 g; Sód: 3490,5 mg	Wartość energetyczna: 2542.70 kcal; Białko ogółem: 104.55 g; Tłuszcz: 66.11 g; Kw. tł. nasy.: 16.55 g; Węglowodany ogółem: 397.74 g; W tym cukry: 138.91 g; Błonnik pok.: 34.15 g; Sól: 6.81 g; Sód: 2655,9 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-21 do dnia 2026-05-31 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
2026-05-30 sobota	Śniadanie	płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 70 g Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Cykorja 40 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 (<u>GLU ŻYT.</u>) Ogórek świeży 100 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 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Sałata zielona 10 g	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Szczawiowa z jajkiem (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Bitka z piersi kurczaka duszona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos majerankowy (1) 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z pora, jabłka i marchewki (1) 100 g (<u>MLE.</u>) Cukinia pieczona z ziołami* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (2) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka z piersi kurczaka duszona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos majerankowy (2) 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Cukinia pieczona z ziołami* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szczawiowa z jajkiem (6) 300 ml (<u>JAJ, SEL.</u>) Bitka z piersi kurczaka duszona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos majerankowy (6) 50 ml (<u>SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z pora, jabłka i marchewki (6) 100 g (<u>MLE.</u>) Cukinia pieczona z ziołami* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szczawiowa z jajkiem (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Bitka z piersi kurczaka duszona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos majerankowy (1) 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z pora, jabłka i marchewki (1) 100 g (<u>MLE.</u>) Cukinia pieczona z ziołami* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Śliwka 100 g Migdały 20 g (<u>ORZ.</u>)	Śliwka 150 g
	Kolacja	Paszтет z ciecierzycą 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Paszтет wegetariański (2) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) buraczki z jabłkiem 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Paszтет z ciecierzycą 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 70 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE.</u>) Mandarynka 1 szt	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2215.18 kcal; Białko ogółem: 101.73 g; Tłuszcz: 71.05 g; Kw. tł. nasy.: 15.78 g; Węglowodany ogółem: 312.92 g; W tym cukry: 43.78 g; Błonnik pok.: 34.47 g; Sól: 5.70 g; Sód: 2223 mg	Wartość energetyczna: 2035.90 kcal; Białko ogółem: 97.34 g; Tłuszcz: 63.26 g; Kw. tł. nasy.: 13.24 g; Węglowodany ogółem: 285.58 g; W tym cukry: 48.60 g; Błonnik pok.: 22.65 g; Sól: 2.94 g; Sód: 1146,6 mg	Wartość energetyczna: 2247.85 kcal; Białko ogółem: 97.90 g; Tłuszcz: 78.90 g; Kw. tł. nasy.: 14.55 g; Węglowodany ogółem: 296.15 g; W tym cukry: 48.79 g; Błonnik pok.: 32.17 g; Sól: 7.27 g; Sód: 2835,3 mg	Wartość energetyczna: 2345.94 kcal; Białko ogółem: 117.01 g; Tłuszcz: 71.58 g; Kw. tł. nasy.: 19.37 g; Węglowodany ogółem: 332.44 g; W tym cukry: 77.94 g; Błonnik pok.: 34.11 g; Sól: 7.13 g; Sód: 2780,7 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-21 do dnia 2026-05-31 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	
2026-05-31 niedziela	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</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 kiszony 100 g Majonez 10 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kiełbasa szynkowa dębowa wpięprzowa średnio rozdrobniona wędzona, parzona, z dodatkiem wody w osłonce niejadalnej 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 Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Ogórek kiszony 100 g Chrzan z jogurtem 10 g (<u>MLE, SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Ogórek kiszony 100 g Majonez 10 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN		Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 35 g (<u>SOJ.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Sałata zielona 10 g	Jogurt brzoskwiniowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	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 Sernik 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	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 oprószona (2) 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Ciasto drożdżowe 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	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 Sernik 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)
	PD		Kiwi 1 szt Orzechy włoskie luskane 20 g (<u>ORZ.</u>)	Kiwi 1 szt	
	Kolacja	Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 25 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 25 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Serek homo. naturalny 140 g (<u>MLE.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Rzodkiewka 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 25 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)
	PN	Galaretki wiśniowa 200 g	Galaretki brzoskwiniowa 200 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Słupki z marchewki 70 g	Galaretki wiśniowa 200 g
	Wartość energetyczna: 2416.12 kcal; Białko ogółem: 122.18 g; Tłuszcz: 68.27 g; Kw. tł. nasy.: 20.16 g; Węglowodany ogółem: 343.81 g; W tym cukry: 50.47 g; Błonnik pok.: 23.31 g; Sól: 6.82 g; Sód: 2659,8 mg	Wartość energetyczna: 2435.94 kcal; Białko ogółem: 115.14 g; Tłuszcz: 45.13 g; Kw. tł. nasy.: 13.56 g; Węglowodany ogółem: 350.90 g; W tym cukry: 73.67 g; Błonnik pok.: 24.27 g; Sól: 6.55 g; Sód: 2554,5 mg	Wartość energetyczna: 2056.07 kcal; Białko ogółem: 112.53 g; Tłuszcz: 62.09 g; Kw. tł. nasy.: 14.93 g; Węglowodany ogółem: 271.94 g; W tym cukry: 37.44 g; Błonnik pok.: 27.72 g; Sól: 9.00 g; Sód: 3510 mg	Wartość energetyczna: 2572.62 kcal; Białko ogółem: 127.66 g; Tłuszcz: 66.85 g; Kw. tł. nasy.: 21.43 g; Węglowodany ogółem: 382.30 g; W tym cukry: 86.51 g; Błonnik pok.: 26.74 g; Sól: 6.97 g; Sód: 2718,3 mg	

Oznaczenia wskaźników odż.:

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

Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,

Tłuszcz - Tłuszcz,

Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,

Sód - 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,