

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-21 do dnia 2026-06-30 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
2026-06-21 niedziela	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Pasta z twarogu 100 g (MLE.) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 25 g Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Pasta z twarogu 100 g (MLE.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Miód (25g) 1 szt	Pasta z twarogu 100 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	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Pasta z twarogu 100 g (MLE.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt
	II ŚN			Śliwka 150 g	Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)
	Obiad	Pomidorowa z ryżem brązowym (1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Udko z kurczaka pieczone z/k z/s 120 g Ziemniaki gotowane 200 g młoda kapusta duszona z koperkiem (1) 100 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane (1,2) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Ciasto alabama 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Pomidorowa z ryżem (2) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Udko z kurczaka pieczone z/k z/s 120 g Sos jarzynowy (2,6)* 50 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki gotowane (1,2) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Ciasto drożdżowe 100 g (GLU PSZ, JAJ.)	Pomidorowa z ryżem brązowym (6) 300 ml (SEL.) Udko z kurczaka pieczone z/k z/s 120 g Ziemniaki gotowane 200 g młoda kapusta duszona z koperkiem (6) 100 g Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem brązowym (1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Udko z kurczaka pieczone z/k z/s 120 g Ziemniaki gotowane 200 g młoda kapusta duszona z koperkiem (1) 100 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane (1,2) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Ciasto alabama 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)
	PD			Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową.wędzona,parzona 35 g (może zawierać: SOJ, SEL, GOR.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Papryka świeża 30 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)
	Kolacja	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (może zawierać: MLE, GOR.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (może zawierać: MLE, GOR.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Cykorria 40 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (może zawierać: MLE, GOR.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (może zawierać: MLE, GOR.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	PN	Sok z buraków 0,3 L produkt pasteryzowany 1 szt (SEL.)		Sok pomidorowy 1 szt	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt
	Wartość energetyczna: 2685.30 kcal; Białko ogółem: 115.21 g; Tłuszcz: 81.80 g; Kw. tł. nasy.: 23.68 g; Węglowodany ogółem: 379.33 g; W tym cukry: 112.03 g; Błonnik pok.: 25.13 g; Sól: 8.31 g;	Wartość energetyczna: 2650.30 kcal; Białko ogółem: 118.52 g; Tłuszcz: 55.91 g; Kw. tł. nasy.: 17.98 g; Węglowodany ogółem: 363.08 g; W tym cukry: 91.18 g; Błonnik pok.: 20.25 g; Sól: 7.24 g;	Wartość energetyczna: 1946.94 kcal; Białko ogółem: 95.87 g; Tłuszcz: 61.47 g; Kw. tł. nasy.: 15.38 g; Węglowodany ogółem: 251.57 g; W tym cukry: 45.13 g; Błonnik pok.: 20.75 g; Sól: 9.96 g;	Wartość energetyczna: 2882.60 kcal; Białko ogółem: 122.70 g; Tłuszcz: 83.53 g; Kw. tł. nasy.: 25.41 g; Węglowodany ogółem: 418.21 g; W tym cukry: 128.11 g; Błonnik pok.: 27.15 g; Sól: 7.39 g;	
	Sód: 3240,9 mg	Sód: 2893,8 mg	Sód: 3884,4 mg	Sód: 2882,1 mg	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-21 do dnia 2026-06-30 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	
2026-06-22 poniedziałek	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Pasta z jaj ze szczypiorkiem (1) 100 g (JAJ, 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.) 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 JECZ.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 70 g 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	Pasta z jaj ze szczypiorkiem (6) 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT.) Rzodkiewka 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Pasta z jaj ze szczypiorkiem (1) 100 g (JAJ, 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.) Rzodkiewka 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.)	Sok jabłkowo-aroniowy 0,2L NFC -100% tłoczony 1 szt	
	Obiad	Zupa porowa (1) 300 ml (GLU PSZ, 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 porowa (6) 300 ml (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 Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa porowa (1) 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
	PD		Maślanka 200 ml (MLE.) Słupki z warzyw 100 g	Jogurt brzoskwiniowy 150g 1 szt (MLE.)	
	Kolacja	Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 70 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 70 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Pomidor b/skórki 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 70 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT.) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 70 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	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: 2156.85 kcal; Białko ogółem: 79.56 g; Tłuszcz: 75.11 g; Kw. tł. nasy.: 17.95 g; Węglowodany ogółem: 308.96 g; W tym cukry: 56.86 g; Błonnik pok.: 34.65 g; Sól: 6.19 g;	Wartość energetyczna: 2140.93 kcal; Białko ogółem: 69.42 g; Tłuszcz: 48.30 g; Kw. tł. nasy.: 11.64 g; Węglowodany ogółem: 379.29 g; W tym cukry: 87.11 g; Błonnik pok.: 25.41 g; Sól: 6.89 g;	Wartość energetyczna: 1962.62 kcal; Białko ogółem: 83.92 g; Tłuszcz: 64.81 g; Kw. tł. nasy.: 16.07 g; Węglowodany ogółem: 265.47 g; W tym cukry: 47.62 g; Błonnik pok.: 27.23 g; Sól: 7.82 g;	Wartość energetyczna: 2557.66 kcal; Białko ogółem: 81.69 g; Tłuszcz: 78.50 g; Kw. tł. nasy.: 21.16 g; Węglowodany ogółem: 407.76 g; W tym cukry: 110.36 g; Błonnik pok.: 26.88 g; Sól: 7.43 g;	

Sód: 2414,1 mg

Sód: 2687,1 mg

Sód: 3049,8 mg

Sód: 2897,7 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-21 do dnia 2026-06-30 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
2026-06-23 wtorek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 70 g Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Papryka świeża żółta 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Cykorria 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT.) Papryka świeża żółta 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) 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 szczawiowa z jajkiem (1) 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka dusz. 100 g Sos chrzanowy (1) 50 ml (GLU PSZ, MLE, SO2.) kasza pęczak/sypko 200 g (GLU JECZ.) 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.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa szczawiowa z jajkiem (6) 300 ml (JAJ, SEL.) Filet z kurczaka dusz. 100 g Sos pomidorowy (6) 50 ml (SEL.) kasza pęczak/sypko 200 g (GLU JECZ.) Sałata z jogurtem greckim i szczypiorkiem 100 g (MLE.) Brukselka* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa szczawiowa z jajkiem (1) 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka dusz. 100 g Sos pomidorowy (2) 50 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) kasza pęczak/sypko 200 g (GLU JECZ.) Sałata z jogurtem greckim i szczypiorkiem 100 g (MLE.) Brukselka* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Gruszka 150 g Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	Galaretki 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 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)		Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE.)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)
	Wartość energetyczna: 2292.71 kcal; Białko ogółem: 102.51 g; Tłuszcz: 57.52 g; Kw. tł. nasy.: 14.63 g; Węglowodany ogółem: 322.44 g; W tym cukry: 58.43 g; Błonnik pok.: 37.59 g; Sól: 6.26 g;	Wartość energetyczna: 2032.40 kcal; Białko ogółem: 99.89 g; Tłuszcz: 36.08 g; Kw. tł. nasy.: 10.09 g; Węglowodany ogółem: 314.14 g; W tym cukry: 60.18 g; Błonnik pok.: 27.14 g; Sól: 4.13 g;	Wartość energetyczna: 2219.96 kcal; Białko ogółem: 109.22 g; Tłuszcz: 69.23 g; Kw. tł. nasy.: 18.60 g; Węglowodany ogółem: 292.52 g; W tym cukry: 44.25 g; Błonnik pok.: 38.71 g; Sól: 7.91 g;	Wartość energetyczna: 2451.70 kcal; Białko ogółem: 106.22 g; Tłuszcz: 57.35 g; Kw. tł. nasy.: 14.96 g; Węglowodany ogółem: 361.19 g; W tym cukry: 77.07 g; Błonnik pok.: 43.00 g; Sól: 6.30 g;	
	Sód: 2441,4 mg	Sód: 1610,7 mg	Sód: 3084,9 mg	Sód: 2457 mg	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-21 do dnia 2026-06-30 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	
2026-06-24 środa	Śniadanie	kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE.) Pasta z ciecierzycy 100 g Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (SOJ.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Pomidor b/skórki 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Pasta z ciecierzycy 100 g Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT.) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	kasza jaglana na mleku 250 ml (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (SOJ.) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g
	II ŚN	Śliwka 150 g			
	Obiad	kalafiorowa z ziemniakami (1) 300 ml (MLE, SEL.) Kotlet mielony wieprzowy (1) smażony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka Colesław (1) 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zacierkowa (2) 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Pulpet wieprzowy duszony 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 duszony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos bazyliowy (6) 50 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka Colesław (6) 100 g (MLE.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	kalafiorowa z ziemniakami (1) 300 ml (MLE, SEL.) Kotlet mielony wieprzowy (1) smażony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka Colesław (1) 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.) Słupki papryki kolorowej 80 g	Jabłko pieczone z miodem 1 szt
	Kolacja	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.) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (może zawierać: MLE, GOR.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna 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 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 Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (może zawierać: MLE, GOR.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna 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	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: 2215.13 kcal; Białko ogółem: 87.04 g; Tłuszcz: 74.14 g; Kw. tł. nasy.: 14.12 g; Węglowodany ogółem: 310.11 g; W tym cukry: 57.02 g; Błonnik pok.: 31.99 g; Sól: 5.93 g;	Wartość energetyczna: 1981.24 kcal; Białko ogółem: 98.52 g; Tłuszcz: 41.94 g; Kw. tł. nasy.: 11.40 g; Węglowodany ogółem: 311.66 g; W tym cukry: 73.39 g; Błonnik pok.: 24.39 g; Sól: 6.32 g;	Wartość energetyczna: 1908.98 kcal; Białko ogółem: 82.39 g; Tłuszcz: 55.78 g; Kw. tł. nasy.: 12.77 g; Węglowodany ogółem: 269.61 g; W tym cukry: 44.51 g; Błonnik pok.: 29.19 g; Sól: 8.74 g;	Wartość energetyczna: 2303.72 kcal; Białko ogółem: 92.83 g; Tłuszcz: 68.64 g; Kw. tł. nasy.: 13.37 g; Węglowodany ogółem: 345.30 g; W tym cukry: 83.32 g; Błonnik pok.: 33.08 g; Sól: 7.80 g;	

Sód: 2102,1 mg

Sód: 264,8 mg

Sód: 3408,6 mg

Sód: 3042 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-21 do dnia 2026-06-30 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	
2026-06-25 czwartek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Pomidor 100 g Majonez 10 g (JAJ, GOR.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Płatki 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.) Cykorria 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT.) Pomidor 100 g Chrzan z jogurtem 20 g (MLE, S02.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Pomidor 100 g Majonez 10 g (JAJ, GOR.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Kiwi 1 szt	
	Obiad	Rosół z makaronem nitki(1,2) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Schab w kostkę z sosem węgierskim 150 g (S02.) Kasza gryczana 200 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki (1) 100 g (MLE.) Fasolka szparagowa żółta * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem nitki(1,2) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Schab pieczony szarpany 100 g Sos pieczeniowy 50 ml (GLU PSZ.) Kasza jaglana na sypko 200 g Marchew oprószana (2) 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem razowym (6) 300 ml (SEL.) Schab w kostkę z sosem węgierskim 150 g (S02.) Kasza gryczana 200 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki (6) 100 g (MLE.) Fasolka szparagowa żółta * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem nitki(1,2) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Schab w kostkę z sosem węgierskim 150 g (S02.) Kasza gryczana 200 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki (1) 100 g (MLE.) Fasolka szparagowa żółta * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Pasta z soczewicy czerwonej 100 g Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 21 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.)	
	Kolacja	Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 70 g (może zawierać: S0J, SEL, GOR.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 100 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	Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 70 g (może zawierać: S0J, SEL, GOR.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Sałata zielona z pomidorem b/skóry i olejem 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 70 g (może zawierać: S0J, 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	Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 70 g (może zawierać: S0J, 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	Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g (MLE.)		Koktajl truskawkowy b/c* 200 ml (MLE.)	Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g (MLE.)
		Wartość energetyczna: 2827.16 kcal; Białko ogółem: 138.26 g; Tłuszcz: 86.12 g; Kw. tł. nasy.: 23.72 g; Węglowodany ogółem: 400.75 g; W tym cukry: 59.42 g; Błonnik pok.: 31.79 g; Sól: 9.91 g;	Wartość energetyczna: 2255.05 kcal; Białko ogółem: 123.11 g; Tłuszcz: 70.70 g; Kw. tł. nasy.: 19.01 g; Węglowodany ogółem: 297.22 g; W tym cukry: 58.35 g; Błonnik pok.: 24.50 g; Sól: 7.18 g;	Wartość energetyczna: 2328.63 kcal; Białko ogółem: 127.64 g; Tłuszcz: 74.99 g; Kw. tł. nasy.: 20.26 g; Węglowodany ogółem: 295.28 g; W tym cukry: 45.72 g; Błonnik pok.: 27.93 g; Sól: 7.69 g;	Wartość energetyczna: 2659.76 kcal; Białko ogółem: 133.75 g; Tłuszcz: 88.69 g; Kw. tł. nasy.: 25.93 g; Węglowodany ogółem: 353.82 g; W tym cukry: 91.80 g; Błonnik pok.: 31.69 g; Sól: 7.21 g;

Sód: 3864,9 mg

Sód: 2800,2 mg

Sód: 2999,1 mg

Sód: 2811,9 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-21 do dnia 2026-06-30 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	
2026-06-26 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		Szab 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 200 g	
	Obiad	Chłodnik (1) 300 ml (JAJ, MLE.) 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	Chłodnik (1) 300 ml (JAJ, MLE.) Kotlet z ryby (Miruna) smażony 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (1) 100 g Warzywa po grecku 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Gruszka 150 g	Banan 1szt. 1 szt	
	Kolacja	Pasta z twarogu i rzodkiewki 100 g (MLE.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Sałata zielona 10 g Arbuz 200 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 Cytryna 5 g	Pasta z twarogu waniliowa 100 g (MLE.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Pasta z twarogu i rzodkiewki 140 g (MLE.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT.) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Pasta z twarogu i rzodkiewki 100 g (MLE.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Kisiel z truskawkami z/c* 200 ml	Kisiel z truskawkami b/c* 200 ml	Kisiel z truskawkami z/c* 200 ml	
		Wartość energetyczna: 2077.12 kcal; Białko ogółem: 98.49 g; Tłuszcz: 59.10 g; Kw. tł. nasy.: 13.94 g; Węglowodany ogółem: 299.64 g; W tym cukry: 82.97 g; Błonnik pok.: 26.41 g; Sól: 6.93 g;	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;	Wartość energetyczna: 1853.90 kcal; Białko ogółem: 89.88 g; Tłuszcz: 47.94 g; Kw. tł. nasy.: 9.99 g; Węglowodany ogółem: 262.96 g; W tym cukry: 38.53 g; Błonnik pok.: 20.29 g; Sól: 8.72 g;	Wartość energetyczna: 2510.61 kcal; Białko ogółem: 107.69 g; Tłuszcz: 64.08 g; Kw. tł. nasy.: 17.24 g; Węglowodany ogółem: 390.13 g; W tym cukry: 151.27 g; Błonnik pok.: 32.31 g; Sól: 7.26 g;
	Sód: 2702,7 mg	Sód: 1844,7 mg	Sód: 3400,8 mg	Sód: 2831,4 mg	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-21 do dnia 2026-06-30 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	
2026-06-27 sobota	Śniadanie	płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) 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.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Cykorria 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) 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.) Pomidor 100 g Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN		Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	
	Obiad	Krem z brokuł z grzankami(1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Połędwiczki 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	Krem z brokuł (2) z grzankami 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Połędwiczki 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	Krem z brokuł (6) z pestkami słonecznika 300 ml (SEL.) Połędwiczki 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 pestkami słonecznika (1) 300 ml (MLE, SEL.) Połędwiczki 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
	PD		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Arbuz 200 g	
	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.) Rzodkiew biała 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.) 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 (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.) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE.)			
	Wartość energetyczna: 2029.70 kcal; Białko ogółem: 97.64 g; Tłuszcz: 59.12 g; Kw. tł. nasy.: 14.24 g; Węglowodany ogółem: 302.79 g; W tym cukry: 45.39 g; Błonnik pok.: 34.16 g; Sól: 8.49 g;	Wartość energetyczna: 1910.65 kcal; Białko ogółem: 95.48 g; Tłuszcz: 53.63 g; Kw. tł. nasy.: 12.57 g; Węglowodany ogółem: 280.05 g; W tym cukry: 61.06 g; Błonnik pok.: 26.25 g; Sól: 7.25 g;	Wartość energetyczna: 1868.49 kcal; Białko ogółem: 90.84 g; Tłuszcz: 58.97 g; Kw. tł. nasy.: 12.45 g; Węglowodany ogółem: 256.88 g; W tym cukry: 39.68 g; Błonnik pok.: 26.38 g; Sól: 12.06 g;	Wartość energetyczna: 2191.18 kcal; Białko ogółem: 112.71 g; Tłuszcz: 62.00 g; Kw. tł. nasy.: 18.16 g; Węglowodany ogółem: 321.15 g; W tym cukry: 74.03 g; Błonnik pok.: 32.25 g; Sól: 9.81 g;	

Sód: 3311,1 mg

Sód: 2827,5 mg

Sód: 4703,4 mg

Sód: 3825,9 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-21 do dnia 2026-06-30 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	
2026-06-28, 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>) 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 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, SO2</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	Serek homogenizowany o smaku waniliowym Danio 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 Ciasto pleśniak 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, ORZ</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 oprószana (2) 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Ciasto drożdżowe 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</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 Ciasto pleśniak 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, ORZ</u>)
	PD			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 JĘCZ</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 JĘCZ</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 JĘCZ</u>)
	PZ	Galaretka wiśniowa 200 g	Galaretka brzoskwiowa 200 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Galaretka wiśniowa 200 g
		Wartość energetyczna: 2562.12 kcal; Białko ogółem: 115.48 g; Tłuszcz: 75.57 g; Kw. tł. nasy.: 23.36 g; Węglowodany ogółem: 346.61 g; W tym cukry: 72.47 g; Błonnik pok.: 23.31 g; Sól: 6.72 g;	Wartość energetyczna: 2427.78 kcal; Białko ogółem: 117.82 g; Tłuszcz: 45.22 g; Kw. tł. nasy.: 13.63 g; Węglowodany ogółem: 341.17 g; W tym cukry: 63.42 g; Błonnik pok.: 22.87 g; Sól: 6.07 g;	Wartość energetyczna: 1897.57 kcal; Białko ogółem: 108.05 g; Tłuszcz: 49.89 g; Kw. tł. nasy.: 13.58 g; Węglowodany ogółem: 262.25 g; W tym cukry: 33.50 g; Błonnik pok.: 23.90 g; Sól: 8.86 g;	Wartość energetyczna: 2595.62 kcal; Białko ogółem: 116.76 g; Tłuszcz: 70.40 g; Kw. tł. nasy.: 22.23 g; Węglowodany ogółem: 366.65 g; W tym cukry: 85.86 g; Błonnik pok.: 26.29 g; Sól: 6.72 g;
	Sód: 2620,8 mg	Sód: 2367,3 mg	Sód: 3455,4 mg	Sód: 2620,8 mg	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-21 do dnia 2026-06-30 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				
2026-06-29 poniedziałek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 70 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, SO2.</u>) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 70 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, SO2.</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 z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 70 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, SO2.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Pomidor 100 g Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 70 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, SO2.</u>) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	II ŚN		Hummus z ciecierzycy 50 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Sałata zielona 10 g	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem (1)* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, SO2.</u>) Naleśniki z serem (1) 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Sos jogurtowy waniliowy z/c 150 g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi i jabłka (1,2,6) 200 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grysiówka z ziemniakami (2)* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kluski leniwe z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.</u>) Sos jogurtowy naturalny 150 g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi i jabłka (1,2,6) 200 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem pełnoziarnistym (6)* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, SO2.</u>) Naleśniki z serem (6) 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Sos jogurtowy naturalny (6) 150 g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi i jabłka (1,2,6) 200 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem (1)* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, SO2.</u>) Naleśniki z serem (1) 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Sos jogurtowy waniliowy z/c 150 g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi i jabłka (1,2,6) 200 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	PD		Jabłko 150 g	Banan 1szt. 1 szt	
	Kolacja	Schab pieczony plastry 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>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Schab pieczony plastry 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Sałata zielona 25 g Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Schab pieczony plastry 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Sałata zielona 15 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Schab pieczony plastry 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>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	PN	Sok jabłkowo-gruszkowy 100% tłoczony 1 szt	Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 35 g (<u>może zawierać: SOJ, SEL, GOR.</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Sałata zielona 10 g	Sok jabłkowo-gruszkowy 100% tłoczony 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2351.84 kcal; Białko ogółem: 103.11 g; Tłuszcz: 84.95 g; Kw. tł. nasy.: 22.61 g; Węglowodany ogółem: 310.50 g; W tym cukry: 94.53 g; Błonnik pok.: 20.63 g; Sól: 6.39 g;	Wartość energetyczna: 2086,48 kcal; Białko ogółem: 97,67 g; Tłuszcz: 58,87 g; Kw. tł. nasy.: 11,30 g; Węglowodany ogółem: 293,55g; W tym cukry: 79,71 g; Błonnik pok.: 18,05 g; Sól: 5,63 g;	Wartość energetyczna: 2269.75 kcal; Białko ogółem: 99.41 g; Tłuszcz: 95.75 g; Kw. tł. nasy.: 21.23 g; Węglowodany ogółem: 257.11 g; W tym cukry: 49.93 g; Błonnik pok.: 19.69 g; Sól: 9.21 g;	Wartość energetyczna: 2662.04 kcal; Białko ogółem: 109.17 g; Tłuszcz: 89.25 g; Kw. tł. nasy.: 25.24 g; Węglowodany ogółem: 373.88 g; W tym cukry: 155.05 g; Błonnik pok.: 24.14 g; Sól: 6.55 g;		Sód: 2492,1 mg	Sód: 2195,7 mg	Sód: 3591,9 mg	Sód: 2554,5 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-21 do dnia 2026-06-30 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
2026-06-30 wtorek	Śniadanie	kasza jaglana 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.) Rzodkiewka 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (SOJ.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Pomidor b/skórki 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	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.) Rzodkiewka 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	kasza jaglana na mleku 250 ml (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (SOJ.) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Rzodkiewka 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g
	II ŚN			Kefir 2 % tł200g 1 szt (MLE.)	Truskawki 150 g
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami (1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) mięso z łopatki wieprzowej duszone z sosem bolońskim (1) 150 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron Spaghetti razowy 200 g Surówka wielowarzywna z olejem (1,6) 200 g (SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana (2) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) mięso z łopatki wieprzowej duszone z sosem bolońskim (2) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron Spaghetti 200 g (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana (6) 300 ml (SEL.) mięso z łopatki wieprzowej duszone z sosem bolońskim (6) 150 g (SEL.) Makaron Spaghetti razowy 200 g Surówka wielowarzywna z olejem (1,6) 100 g (SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami (1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) mięso z łopatki wieprzowej duszone z sosem bolońskim (1) 150 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron Spaghetti razowy 200 g Surówka wielowarzywna z olejem (1,6) 200 g (SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	Jabłko pieczone z miodem 1 szt
	Kolacja	Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 45 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Sałatka z ryżu i tuńczyka (1) 150 g (JAJ, RYB, GOR.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 45 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Sałatka z ryżu i tuńczyka (2) 150 g (RYB, MLE.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 45 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Sałatka z ryżu brązowego i tuńczyka (6) 150 g (RYB, MLE.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT.) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 45 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Sałatka z ryżu i tuńczyka (1) 150 g (JAJ, RYB, GOR.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 120g 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 120g 1 szt
	Wartość energetyczna: 2348.70 kcal; Białko ogółem: 113.63 g; Tłuszcz: 89.60 g; Kw. tł. nasy.: 21.08 g; Węglowodany ogółem: 289.90 g; W tym cukry: 51.20 g; Błonnik pok.: 26.83 g; Sól: 8.98 g;	Wartość energetyczna: 2149.44 kcal; Białko ogółem: 117.41 g; Tłuszcz: 61.42 g; Kw. tł. nasy.: 16.47 g; Węglowodany ogółem: 295.99 g; W tym cukry: 49.40 g; Błonnik pok.: 21.71 g; Sól: 6.17 g;	Wartość energetyczna: 2048.48 kcal; Białko ogółem: 109.02 g; Tłuszcz: 76.72 g; Kw. tł. nasy.: 19.83 g; Węglowodany ogółem: 237.04 g; W tym cukry: 32.08 g; Błonnik pok.: 20.54 g; Sól: 11.22 g;	Wartość energetyczna: 2516.64 kcal; Białko ogółem: 113.50 g; Tłuszcz: 89.85 g; Kw. tł. nasy.: 20.64 g; Węglowodany ogółem: 334.18 g; W tym cukry: 73.15 g; Błonnik pok.: 32.38 g; Sól: 8.94 g;	

Sód: 3502,2 mg

Sód: 2406,3 mg

Sód: 4375,8 mg

Sód: 3486,6 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,