

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-11 do dnia 2026-06-20 KUCHNIA WARSZAWA WIM- BIS

		W-wa WB- WIM 1 Podstawowa	W-wa WB- WIM 2 Łatwo strawna	W-wa WB- WIM 6 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów	W-wa WB- WIM P1 Dzieci 3(.3 r.ż) Podstawowa	
2026-06-11 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 120 g (MLE,) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Pasta z twarogu 100 g (MLE,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ,) Mus z truskawek got* 150 g Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 140 g (MLE,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT,) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 120 g (MLE,) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	II ŚN	Gruszka 1szt. 150 g				
	Obiad	pieczarkowa z makaronem orzo (1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, S02,) Kotlet mielony wieprzowy pieczony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka (1,6) 100 g Buraczki gotowane (1,2) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	jarzynowa z ziemniakami* (2) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pulpet wieprzowy piecz. 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy (2) 50 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki gotowane (1,2) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	pieczarkowa z makaronem razowym (6) 300 ml (GLU PSZ, SEL, S02,) Pulpet wieprzowy piecz. 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy (6) 50 ml (SEL,) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka (1,6) 100 g Kalafor gotowany * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	pieczarkowa z makaronem orzo (1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, S02,) Kotlet mielony wieprzowy pieczony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka (1,6) 100 g Buraczki gotowane (1,2) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
	PD			Ser żółty 35 g (MLE,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT,) Sałata zielona 10 g	Ciastka owsiane 40 g (GLU PSZ, SEZ, GLU OW,)	
	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 kiszony 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,) Pomidor b/skórki 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (może zawierać: MLE, GOR,) Margaryna porcjowa 10g 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	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 kiszony 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN	Budyń o smaku waniliowym z/c 250 ml (MLE,)		Budyń o smaku waniliowym b/c +mus z truskawek b/c 250 ml (MLE,)	Budyń o smaku waniliowym z/c 250 ml (MLE,)	
			Wartość energetyczna: 2229.93 kcal; Białko ogółem: 104.84 g; Tłuszcz: 74.04 g; Kw. tł. nasy.: 19.57 g; Węglowodany ogółem: 299.51 g; W tym cukry: 68.61 g; Błonnik pok.: 26.64 g; Sól: 7.88 g; Sód: 3073,2 mg	Wartość energetyczna: 2098.52 kcal; Białko ogółem: 103.56 g; Tłuszcz: 45.18 g; Kw. tł. nasy.: 16.23 g; Węglowodany ogółem: 327.20 g; W tym cukry: 100.52 g; Błonnik pok.: 23.13 g; Sól: 4.68 g; Sód: 1825,2 mg	Wartość energetyczna: 2120.28 kcal; Białko ogółem: 109.09 g; Tłuszcz: 62.74 g; Kw. tł. nasy.: 22.91 g; Węglowodany ogółem: 282.03 g; W tym cukry: 61.56 g; Błonnik pok.: 25.37 g; Sól: 10.04 g; Sód: 3915,6 mg	Wartość energetyczna: 2506.93 kcal; Białko ogółem: 105.60 g; Tłuszcz: 83.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.02 g; Węglowodany ogółem: 345.49 g; W tym cukry: 98.13 g; Błonnik pok.: 31.05 g; Sól: 8.00 g; Sód: 3120 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-11 do dnia 2026-06-20 KUCHNIA WARSZAWA WIM- BIS

		W-wa WB- WIM 1 Podstawowa	W-wa WB- WIM 2 Łatwo strawna	W-wa WB- WIM 6 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów	W-wa WB- WIM P1 Dzieci 3(.3 r.ż) Podstawowa
2026-06-12 piątek	Śniadanie	Makaron drobny (orzo) na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Majonez 10 g (<u>JAJ, GOR,</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Makaron drobny (orzo) na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Cykoria 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Chrzan 10 g (<u>MLE, S02,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Makaron drobny (orzo) na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE,</u>) Majonez 10 g (<u>JAJ, GOR,</u>)
	II ŚN			Kiwi (g) 150 g	Banan 1szt. 1 szt
	Obiad	Barszcz biały z jajkiem (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Kotlet z ryby (Miruna) pieczony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (1,6) 100 g Warzywa po grecku 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * (2) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pulpet rybny (Miruna) pieczony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos cytrynowy (2) 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Warzywa po grecku 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * (6) 300 ml (<u>SEL,</u>) Pulpet rybny (Miruna) pieczony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos cytrynowy (6) 50 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (1,6) 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz biały z jajkiem (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Kotlet z ryby (Miruna) pieczony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (1,6) 100 g Warzywa po grecku 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 35 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Sałata zielona 10 g	Sok marchwiowo-jabłkowy 1 szt
	Kolacja	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>) Papryka świeża 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>) Jabłko pieczone 150 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>) Papryka świeża 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>) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	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: 2126.38 kcal; Białko ogółem: 102.07 g; Tłuszcz: 72.29 g; Kw. tł. nasy.: 16.08 g; Węglowodany ogółem: 288.43 g; W tym cukry: 53.38 g; Błonnik pok.: 30.83 g; Sól: 5.80 g; Sód: 2262 mg	Wartość energetyczna: 1908.92 kcal; Białko ogółem: 99.65 g; Tłuszcz: 47.37 g; Kw. tł. nasy.: 10.84 g; Węglowodany ogółem: 289.25 g; W tym cukry: 70.73 g; Błonnik pok.: 30.74 g; Sól: 5.86 g; Sód: 2285,4 mg	Wartość energetyczna: 1946.21 kcal; Białko ogółem: 95.46 g; Tłuszcz: 57.23 g; Kw. tł. nasy.: 11.87 g; Węglowodany ogółem: 269.80 g; W tym cukry: 39.18 g; Błonnik pok.: 26.30 g; Sól: 8.37 g; Sód: 3264,3 mg	Wartość energetyczna: 2534.23 kcal; Białko ogółem: 111.36 g; Tłuszcz: 77.09 g; Kw. tł. nasy.: 19.03 g; Węglowodany ogółem: 371.12 g; W tym cukry: 126.61 g; Błonnik pok.: 34.26 g; Sól: 6.53 g; Sód: 2546,7 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-11 do dnia 2026-06-20 KUCHNIA WARSZAWA WIM- BIS

	W-wa WB- WIM 1 Podstawowa	W-wa WB- WIM 2 Łatwo strawna	W-wa WB- WIM 6 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów	W-wa WB- WIM P1 Dzieci 3(.3 r.ż) Podstawowa	
2026-06-13 sobota	Śniadanie	ryż 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,) Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	ryż 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 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	ryż 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,) Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN		Mandarynka 150 g	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE,)	
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami (1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kotlet drobiowy smażony 100 g (GLU PSZ,) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z pora, jabłka i marchewki (1) 100 g (MLE,) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (2) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos majerankowy (2) 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (6) 300 ml (SEL,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos majerankowy (6) 50 ml (SEL,) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z pora, jabłka i marchewki (6) 100 g (MLE,) Kalafior gotowany * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kotlet drobiowy smażony 100 g (GLU PSZ,) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z pora, jabłka i marchewki (1) 100 g (MLE,) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 35 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT,) Sałata zielona 10 g	Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ,)	
	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 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 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	Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 70 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 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	Galaretką jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g (MLE,)		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Galaretką jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g (MLE,)
		Wartość energetyczna: 2065.03 kcal; Białko ogółem: 95.22 g; Tłuszcz: 57.14 g; Kw. tł. nasy.: 12.11 g; Węglowodany ogółem: 314.04 g; W tym cukry: 53.08 g; Błonnik pok.: 32.43 g; Sól: 8.05 g; Sód: 3139,5 mg	Wartość energetyczna: 1900.40 kcal; Białko ogółem: 93.70 g; Tłuszcz: 50.96 g; Kw. tł. nasy.: 11.70 g; Węglowodany ogółem: 284.07 g; W tym cukry: 61.90 g; Błonnik pok.: 27.16 g; Sól: 5.05 g; Sód: 1969,5 mg	Wartość energetyczna: 1760.82 kcal; Białko ogółem: 83.51 g; Tłuszcz: 45.97 g; Kw. tł. nasy.: 9.06 g; Węglowodany ogółem: 263.56 g; W tym cukry: 40.58 g; Błonnik pok.: 27.76 g; Sól: 12.46 g; Sód: 4859,4 mg	Wartość energetyczna: 2184.84 kcal; Białko ogółem: 109.02 g; Tłuszcz: 55.63 g; Kw. tł. nasy.: 14.75 g; Węglowodany ogółem: 340.97 g; W tym cukry: 82.27 g; Błonnik pok.: 29.89 g; Sól: 10.14 g; Sód: 3954,6 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-11 do dnia 2026-06-20 KUCHNIA WARSZAWA WIM- BIS

	W-wa WB- WIM 1 Podstawowa	W-wa WB- WIM 2 Łatwo strawna	W-wa WB- WIM 6 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów	W-wa WB- WIM P1 Dzieci 3(,3 r.ż) Podstawowa	
2026-06-14 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g (JAJ, GOR,) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Pasta z jaj ze szczypiorkiem (6) 100 g (JAJ, MLE, GOR,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT,) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g (JAJ, GOR,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II SN			Jabłko 150 g	
	Obiad	Krem z brokuł (1) 300 ml (MLE, SEL,) Schab ze śliwką suszoną 100 g Sos pieczeniowy 50 ml (GLU PSZ,) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki (1) 100 g (MLE,) Fasolka szparagowa żółta * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Sernik 100 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,)	Krem z brokuł (2) 300 ml (MLE, SEL,) Bitka schabowa duszona 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,) Bitka schabowa duszona 100 g (GLU PSZ,) Sos pieczeniowy (6) 50 ml (SEL,) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki (6) 100 g (MLE,) Fasolka szparagowa żółta * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krem z brokuł (1) 300 ml (MLE, SEL,) Schab ze śliwką suszoną 100 g Sos pieczeniowy 50 ml (GLU PSZ,) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki (1) 100 g (MLE,) Fasolka szparagowa żółta * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Sernik 100 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,)
	PD		Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 35 g (SOJ,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT,) Sałata zielona 10 g	Jogurt truskawkowy 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,) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (może zawierać: MLE, GOR,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT,) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (może zawierać: MLE, GOR,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)
	PN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt			
		Wartość energetyczna: 2461.38 kcal; Białko ogółem: 115.10 g; Tłuszcz: 74.06 g; Kw. tł. nasy.: 19.59 g; Węglowodany ogółem: 344.13 g; W tym cukry: 41.12 g; Błonnik pok.: 26.63 g; Sól: 6.53 g; Sód: 2546,7 mg	Wartość energetyczna: 2583.87 kcal; Białko ogółem: 115.60 g; Tłuszcz: 57.82 g; Kw. tł. nasy.: 14.42 g; Węglowodany ogółem: 346.85 g; W tym cukry: 62.07 g; Błonnik pok.: 22.87 g; Sól: 7.34 g; Sód: 2862,6 mg	Wartość energetyczna: 1911.32 kcal; Białko ogółem: 91.77 g; Tłuszcz: 55.30 g; Kw. tł. nasy.: 12.04 g; Węglowodany ogółem: 263.15 g; W tym cukry: 35.38 g; Błonnik pok.: 22.87 g; Sól: 8.37 g; Sód: 3264,3 mg	Wartość energetyczna: 2602.88 kcal; Białko ogółem: 123.73 g; Tłuszcz: 72.49 g; Kw. tł. nasy.: 20.75 g; Węglowodany ogółem: 379.47 g; W tym cukry: 78.06 g; Błonnik pok.: 29.91 g; Sól: 6.67 g; Sód: 2601,3 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-11 do dnia 2026-06-20 KUCHNIA WARSZAWA WIM- BIS

		W-wa WB- WIM 1 Podstawowa	W-wa WB- WIM 2 Łatwo strawna	W-wa WB- WIM 6 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów	W-wa WB- WIM P1 Dzieci 3(,3 r.ż) Podstawowa	
2026-06-15 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Paszтет z całego kurczaka Sokolów 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) 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 z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 70 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ,) Cykorja 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	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,) 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,) Paszтет z całego kurczaka Sokolów 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Papryka świeża żółta 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	II ŚN			Kiwi 1 szt 1 szt	Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)	
	Obiad	Kalafiorowa z ziemniakami (1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kurczak w sosie curry (1) 150 g (GLU PSZ,) Ryż na sypko 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem (1) 100 g Marchew gotowana 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana z majerankiem (2) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos ziołowy (2) 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Ryż na sypko 200 g Marchew gotowana 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ziemniakami (6) 300 ml (SEL,) Kurczak w sosie curry (6) 150 g Ryż na sypko brązowy (paraboliczny) 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryki z olejem (6) 100 g Cukinia pieczona z olejem i tymiankiem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ziemniakami (1) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kurczak w sosie curry (1) 150 g (GLU PSZ,) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem (1) 100 g Ryż na sypko 200 g Marchew gotowana 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
	PD			Twarożek ze szczypiorkiem 50 g (MLE,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT,) Sałata zielona 10 g	Truskawki 150 g	
	Kolacja	Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 45 g (może zawierać: SOJ, 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,) Sałatka jarzynowa (1) 150 g (JAJ, MLE, 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 45 g (może zawierać: SOJ, SEL, GOR,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ,) buraczki z jabłkiem 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 45 g (może zawierać: SOJ, SEL, GOR,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT,) Sałatka jarzynowa (6) 150 g (MLE,) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 45 g (może zawierać: SOJ, 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,) Sałatka jarzynowa (1) 150 g (JAJ, MLE, GOR,) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,)				
		Wartość energetyczna: 2408.27 kcal; Białko ogółem: 112.13 g; Tłuszcz: 88.30 g; Kw. tł. nasy.: 21.81 g; Węglowodany ogółem: 312.68 g; W tym cukry: 37.98 g; Błonnik pok.: 28.71 g; Sól: 7.35 g; Sód: 2866,5 mg	Wartość energetyczna: 1933.16 kcal; Białko ogółem: 97.36 g; Tłuszcz: 53.36 g; Kw. tł. nasy.: 15.84 g; Węglowodany ogółem: 280.77 g; W tym cukry: 39.67 g; Błonnik pok.: 23.24 g; Sól: 6.25 g; Sód: 2437,5 mg	Wartość energetyczna: 2073.17 kcal; Białko ogółem: 104.96 g; Tłuszcz: 64.04 g; Kw. tł. nasy.: 15.45 g; Węglowodany ogółem: 273.43 g; W tym cukry: 40.56 g; Błonnik pok.: 26.29 g; Sól: 8.87 g; Sód: 3459,3 mg	Wartość energetyczna: 2584.74 kcal; Białko ogółem: 115.56 g; Tłuszcz: 92.18 g; Kw. tł. nasy.: 22.25 g; Węglowodany ogółem: 346.19 g; W tym cukry: 56.71 g; Błonnik pok.: 31.61 g; Sól: 7.57 g; Sód: 2952,3 mg	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-11 do dnia 2026-06-20 KUCHNIA WARSZAWA WIM- BIS

		W-wa WB- WIM 1 Podstawowa	W-wa WB- WIM 2 Łatwo strawna	W-wa WB- WIM 6 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów	W-wa WB- WIM P1 Dzieci 3(,3 r.ż) Podstawowa
2026-06-16 wtorek	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (<u>SOJ,</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 konserwowy 100 g (<u>GOR,</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (<u>SOJ,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Mus z brzoskwiń 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (<u>SOJ,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (<u>SOJ,</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 konserwowy 100 g (<u>GOR,</u>) Sałata zielona 10 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	Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)
	Obiad	ogórkowa z ziemniakami*(1) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Udko z kurczaka pieczone z/k z/s 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Sałata lodowa 100 g (<u>GOR,</u>) Fasolka szparagowa żółta 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krem z dyni (2) z grzankami 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SOJ,</u>) Udko z kurczaka pieczone z/k z/s 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Szpinak gotowany (2)* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	ogórkowa z ziemniakami*(6) 300 ml (<u>SEL,</u>) Udko z kurczaka pieczone z/k z/s 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Sałata lodowa 100 g (<u>GOR,</u>) Fasolka szparagowa żółta 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	ogórkowa z ziemniakami*(1) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Udko z kurczaka pieczone z/k z/s 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa żółta 100 g Sałata lodowa 100 g (<u>GOR,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Koktajl truskawkowy* b/c 250 ml (<u>MLE,</u>)	Koktajl bananowy 250 ml (<u>MLE,</u>)
	Kolacja	Kasza jaglana z jabłkami i truskawkami 350 g Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biał. mleka w osłonce niejadalnej. 70 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biał. mleka w osłonce niejadalnej. 70 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza jaglana z jabłkami i truskawkami 350 g Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Maślanka 150 ml (<u>MLE,</u>) Otręby pszenne 10 g (<u>GLU PSZ,</u>)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
			Wartość energetyczna: 2197.07 kcal; Białko ogółem: 97.93 g; Tłuszcz: 71.94 g; Kw. tł. nasy.: 17.43 g; Węglowodany ogółem: 307.63 g; W tym cukry: 57.30 g; Błonnik pok.: 28.30 g; Sól: 6.92 g; Sód: 2698,8 mg	Wartość energetyczna: 1945.17 kcal; Białko ogółem: 106.11 g; Tłuszcz: 54.93 g; Kw. tł. nasy.: 14.56 g; Węglowodany ogółem: 270.16 g; W tym cukry: 51.71 g; Błonnik pok.: 23.58 g; Sól: 7.99 g; Sód: 3116,1 mg	Wartość energetyczna: 2045.90 kcal; Białko ogółem: 108.72 g; Tłuszcz: 75.86 g; Kw. tł. nasy.: 17.52 g; Węglowodany ogółem: 239.03 g; W tym cukry: 32.56 g; Błonnik pok.: 19.70 g; Sól: 14.14 g; Sód: 5514,6 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-11 do dnia 2026-06-20 KUCHNIA WARSZAWA WIM- BIS

	W-wa WB- WIM 1 Podstawowa	W-wa WB- WIM 2 Łatwo strawna	W-wa WB- WIM 6 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów	W-wa WB- WIM P1 Dzieci 3(,3 r.ż) Podstawowa	
2026-06-17 środa	Śniadanie	<p>płatki ryżowe na mleku + mus z jabłka 300 ml (MLE) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 70 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g</p>	<p>płatki ryżowe na mleku + mus z jabłka 300 ml (MLE) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 70 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Cykorria 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g</p>	<p>Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 70 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT.) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g</p>	<p>płatki ryżowe na mleku + mus z jabłka 300 ml (MLE) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 70 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>
	II ŚN			Kiwi 1 szt 150 g	Ciastka zbożowe z owocami 1 szt (GLU PSZ, MLE.)
	Obiad	<p>Rosół z makaronem nitki 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z kurczaka po hawajsku 120 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sos ananasowy (1) 50 ml Kasza bulgur 200 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem (1) 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>	<p>Rosół z makaronem nitki 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Bitka z piersi kurczaka duszona 100 g (GLU PSZ.) Sos ziołowy (2) 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jaglana na sypko 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>	<p>Rosół z makaronem brązowym(6) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Bitka z piersi kurczaka duszona 100 g (GLU PSZ.) Sos ziołowy (6) 50 ml (SEL.) Kasza bulgur 200 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z papryki z olejem (6) 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>	<p>Rosół z makaronem nitki 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z kurczaka po hawajsku 120 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sos ananasowy (1) 50 ml Kasza bulgur 200 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem (1) 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>
	PD			<p>Ser żółty 35 g (MLE.) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Sałata zielona 10 g</p>	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)
	Kolacja	<p>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.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g</p>	<p>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 got. 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g</p>	<p>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.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g</p>	<p>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.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>
	PN	Kisiel z truskawkami b/c* 250 ml			
	<p>Wartość energetyczna: 2388.91 kcal; Białko ogółem: 125.43 g; Tłuszcz: 75.05 g; Kw. tł. nasy.: 16.06 g; Węglowodany ogółem: 318.05 g; W tym cukry: 45.36 g; Błonnik pok.: 24.76 g; Sól: 8.25 g; Sód: 3217,5 mg</p>	<p>Wartość energetyczna: 1987.19 kcal; Białko ogółem: 119.85 g; Tłuszcz: 45.36 g; Kw. tł. nasy.: 11.25 g; Węglowodany ogółem: 289.59 g; W tym cukry: 44.75 g; Błonnik pok.: 22.37 g; Sól: 6.39 g; Sód: 2492,1 mg</p>	<p>Wartość energetyczna: 2074.27 kcal; Białko ogółem: 113.83 g; Tłuszcz: 61.90 g; Kw. tł. nasy.: 17.06 g; Węglowodany ogółem: 268.33 g; W tym cukry: 37.75 g; Błonnik pok.: 21.11 g; Sól: 10.14 g; Sód: 3954,6 mg</p>	<p>Wartość energetyczna: 2589.86 kcal; Białko ogółem: 133.29 g; Tłuszcz: 83.50 g; Kw. tł. nasy.: 20.78 g; Węglowodany ogółem: 340.38 g; W tym cukry: 50.58 g; Błonnik pok.: 25.52 g; Sól: 8.42 g; Sód: 3283,8 mg</p>	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-11 do dnia 2026-06-20 KUCHNIA WARSZAWA WIM- BIS

		W-wa WB- WIM 1 Podstawowa	W-wa WB- WIM 2 Łatwo strawna	W-wa WB- WIM 6 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów	W-wa WB- WIM P1 Dzieci 3(,3 r.ż) Podstawowa
2026-06-18 czwartek	Śniadanie	kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE,) Pasta z ciecierzycy paprykowa 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,) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (może zawierać: MLE, GOR,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ,) Sałatka z pomidora b/skóry, miks u sałat i oleju 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Pasta z ciecierzycy paprykowa 100 g Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT,) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	kasza jaglana na mleku 250 ml (MLE,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (może zawierać: MLE, GOR,) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II SN			Morela świeża 150 g	Banan 1szt. 1 szt
	Obiad	krem z pora (1)* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) mięso z łopatki wieprzowej z sosem bolońskim (1) 150 g (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron Spaghetti razowy 200 g Sałatka szwedzka z olejem (1,6) 200 g (GOR,) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grycikowa z ziemniakami*(2) 300 ml (GLU PSZ, SEL,) mięso z łopatki wieprzowej z sosem bolońskim (2) 150 g (GLU PSZ, SEL,) Makaron Spaghetti 200 g (GLU PSZ,) Cukinia pieczona z tymiankiem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	krem z pora (6)* 300 ml (SEL,) mięso z łopatki wieprzowej z sosem bolońskim (6) 150 g (MLE, SEL,) Makaron Spaghetti razowy 200 g Sałatka szwedzka z olejem (1,6) 100 g (GOR,) Cukinia pieczona z tymiankiem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	krem z pora (1)* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) mięso z łopatki wieprzowej z sosem bolońskim (1) 150 g (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron Spaghetti razowy 200 g Sałatka szwedzka z olejem (1,6) 200 g (GOR,) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Kolacja	Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biał. mleka w osłonce niejadalnej. 70 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt 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	Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biał. mleka w osłonce niejadalnej. 70 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt 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	Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biał. mleka w osłonce niejadalnej. 70 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT,) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biał. mleka w osłonce niejadalnej. 70 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt 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	Chałka 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Dżem 25 g 1 szt		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Chałka 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Dżem 25 g 1 szt
		Wartość energetyczna: 2282.49 kcal; Białko ogółem: 105.00 g; Tłuszcz: 80.30 g; Kw. tł. nasy.: 20.43 g; Węglowodany ogółem: 296.21 g; W tym cukry: 48.40 g; Błonnik pok.: 23.92 g; Sól: 10.14 g; Sód: 3954,6 mg	Wartość energetyczna: 2310.29 kcal; Białko ogółem: 115.04 g; Tłuszcz: 67.26 g; Kw. tł. nasy.: 17.20 g; Węglowodany ogółem: 317.30 g; W tym cukry: 52.14 g; Błonnik pok.: 18.92 g; Sól: 7.47 g; Sód: 2913,3 mg	Wartość energetyczna: 1941.76 kcal; Białko ogółem: 91.99 g; Tłuszcz: 73.13 g; Kw. tł. nasy.: 17.91 g; Węglowodany ogółem: 229.65 g; W tym cukry: 37.41 g; Błonnik pok.: 20.85 g; Sól: 11.58 g; Sód: 4516,2 mg	Wartość energetyczna: 2441.60 kcal; Białko ogółem: 111.24 g; Tłuszcz: 74.45 g; Kw. tł. nasy.: 19.86 g; Węglowodany ogółem: 341.92 g; W tym cukry: 98.77 g; Błonnik pok.: 26.05 g; Sól: 11.57 g; Sód: 4512,3 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-11 do dnia 2026-06-20 KUCHNIA WARSZAWA WIM- BIS

		W-wa WB- WIM 1 Podstawowa	W-wa WB- WIM 2 Łatwo strawna	W-wa WB- WIM 6 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów	W-wa WB- WIM P1 Dzieci 3(,3 r.ż) Podstawowa
2026-06-19 piątek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) 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	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 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 20 g (<u>MLE, S02,</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Ogórek kiszony 100 g Majonez 10 g (<u>JAJ, GOR,</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Śliwka 150 g	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia 120g 1 szt
	Obiad	Grochowa z ziemniakami i kielbasą (1) 300 ml (<u>SOJ, SEL, GOR,</u>) Ryba miruna smażona 120 g (<u>GLU PSZ, RYB,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (1,6) 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z makaronem orzo (2) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy (2) 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Warzywa po grecku (2)* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami i kielbasą* (6) 300 ml (<u>SOJ, SEL, GOR,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy (6) 50 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (1,6) 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami i kielbasą (1) 300 ml (<u>SOJ, SEL, GOR,</u>) Ryba miruna smażona 120 g (<u>GLU PSZ, RYB,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (1,6) 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Twarożek z ziołami 60 g (<u>MLE,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Sałata zielona 10 g	Serek homogenizowany o smaku waniliowym 140g 1 szt (<u>MLE,</u>)
	Kolacja	Schab duszony 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>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Schab duszony plastry 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Schab duszony plastry 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Schab duszony plastry 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<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	Kisiel z truskawkami z/c* 200 ml		Kisiel z truskawkami b/c* 200 ml	Kisiel z truskawkami z/c* 200 ml
		Wartość energetyczna: 2279.89 kcal; Białko ogółem: 114.33 g; Tłuszcz: 77.27 g; Kw. tł. nasy.: 15.69 g; Węglowodany ogółem: 299.44 g; W tym cukry: 37.95 g; Błonnik pok.: 26.85 g; Sól: 7.64 g; Sód: 2979,6 mg	Wartość energetyczna: 1790.27 kcal; Białko ogółem: 99.85 g; Tłuszcz: 40.12 g; Kw. tł. nasy.: 10.03 g; Węglowodany ogółem: 272.70 g; W tym cukry: 66.35 g; Błonnik pok.: 25.56 g; Sól: 5.22 g; Sód: 2035,8 mg	Wartość energetyczna: 2060.66 kcal; Białko ogółem: 108.46 g; Tłuszcz: 65.11 g; Kw. tł. nasy.: 13.66 g; Węglowodany ogółem: 265.88 g; W tym cukry: 32.25 g; Błonnik pok.: 22.96 g; Sól: 8.97 g; Sód: 3498,3 mg	Wartość energetyczna: 2477.69 kcal; Białko ogółem: 121.45 g; Tłuszcz: 81.38 g; Kw. tł. nasy.: 18.34 g; Węglowodany ogółem: 330.58 g; W tym cukry: 64.36 g; Błonnik pok.: 26.59 g; Sól: 7.78 g; Sód: 3034,2 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-11 do dnia 2026-06-20 KUCHNIA WARSZAWA WIM- BIS

		W-wa WB- WIM 1 Podstawowa	W-wa WB- WIM 2 Łatwo strawna	W-wa WB- WIM 6 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów	W-wa WB- WIM P1 Dzieci 3(.3 r.ż) Podstawowa
2026-06-20 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, 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,) Rzodkiewka 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ,) Pomidor b/skórki 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Twarożek ze szczypiorkiem 140 g (MLE,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT,) Rzodkiewka 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) 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,) Rzodkiewka 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Kiwi 1 szt 1 szt	
	Obiad	Kapuśniak (1,6) 300 ml (SEL,) Befszyk mielony wieprzowy z cebulką smaż. 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z selera i marchwi 100 g (SEL,) Buraczki gotowane 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 pomidorowy (2) 50 ml (GLU PSZ,) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kapuśniak (1,6) 300 ml (SEL,) Pulpet wieprzowy pieczony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pomidorowy (6) 50 ml (SEL,) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z selera i marchwi 100 g (SEL,) Brokuł got. 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kapuśniak (1,6) 300 ml (SEL,) Befszyk mielony wieprzowy z cebulką smaż. 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z selera i marchwi 100 g (SEL,) Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Ser żółty 35 g (MLE,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT,) Sałata zielona 10 g	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE,)
	Kolacja	Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (SOJ,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Papryka konserwowa 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,) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt 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 110 g (GLU ŻYT,) Papryka świeża żółta 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,) Papryka świeża żółta 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Serek homogenizowany o smaku waniliowym 140g 1 szt (MLE,)		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,) Otręby pszenne 10 g (GLU PSZ,)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
	Wartość energetyczna: 2002.67 kcal; Białko ogółem: 94.29 g; Tłuszcz: 66.42 g; Kw. tł. nasy.: 15.90 g; Węglowodany ogółem: 280.77 g; W tym cukry: 45.47 g; Błonnik pok.: 32.66 g; Sól: 7.70 g; Sód: 3003 mg	Wartość energetyczna: 1950.98 kcal; Białko ogółem: 99.44 g; Tłuszcz: 44.71 g; Kw. tł. nasy.: 13.60 g; Węglowodany ogółem: 304.41 g; W tym cukry: 64.27 g; Błonnik pok.: 25.49 g; Sól: 5.21 g; Sód: 2031,9 mg	Wartość energetyczna: 2125.94 kcal; Białko ogółem: 107.60 g; Tłuszcz: 75.44 g; Kw. tł. nasy.: 23.45 g; Węglowodany ogółem: 268.21 g; W tym cukry: 45.09 g; Błonnik pok.: 32.12 g; Sól: 8.65 g; Sód: 3373,5 mg	Wartość energetyczna: 2271.02 kcal; Białko ogółem: 105.07 g; Tłuszcz: 70.01 g; Kw. tł. nasy.: 18.30 g; Węglowodany ogółem: 335.29 g; W tym cukry: 87.06 g; Błonnik pok.: 38.49 g; Sól: 7.15 g; Sód: 2788,5 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,