

Jadłospisy za okres od dnia 2026-09-01 do dnia 2026-09-10 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
2026-09-01 wtorek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Szynka na kartki- wieprzowa,wędzona,parzona 70 g Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) 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 (<u>MLE, GLU OW,</u>) Szynka na kartki- wieprzowa,wędzona,parzona 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka na kartki- wieprzowa,wędzona,parzona 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) 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 (<u>MLE, GLU OW,</u>) Szynka na kartki- wieprzowa,wędzona,parzona 70 g Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) 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 (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT,</u>)	Gruszka 150 g
	Obiad	Chłodnik z jajkiem (1) 300 ml (<u>JAJ, MLE,</u>) Filet z kurczaka dusz. 100 g Sos chrzanowy (1) 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE, S02,</u>) kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Sałata z jogurtem greckim i szczypiorkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Brukselka* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (2) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Filet z kurczaka dusz. 100 g Sos bazyliowy (2) 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (6) 300 ml (<u>SEL,</u>) Filet z kurczaka dusz. 100 g Sos bazyliowy (6) 50 ml (<u>SEL,</u>) kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Sałata z jogurtem greckim i szczypiorkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Brukselka* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Chłodnik z jajkiem (1) 300 ml (<u>JAJ, MLE,</u>) Filet z kurczaka dusz. 100 g Sos bazyliowy (2) 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Sałata z jogurtem greckim i szczypiorkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Brukselka* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Gruszka 150 g	Galaretki malinowa 150 g
	Kolacja	Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g (<u>MLE,</u>) 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 (<u>S02,</u>) Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek b/c 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Koktajl bananowy 200 ml (<u>MLE,</u>)		Koktajl z czarną porzeczką b/c 200 ml (<u>MLE,</u>)	Koktajl bananowy 200 ml (<u>MLE,</u>)
		Wartość energetyczna: 2120.86 kcal; Białko ogółem: 110.55 g; Tłuszcz: 51.18 g; Kw. tł. nasy.: 15.69 g; Węglowodany ogółem: 314.12 g; W tym cukry: 82.45 g; Błonnik pok.: 38.95 g; Sól: 5.32 g; Sód: 2074,8 mg	Wartość energetyczna: 1953.59 kcal; Białko ogółem: 101.09 g; Tłuszcz: 37.16 g; Kw. tł. nasy.: 11.00 g; Węglowodany ogółem: 318.70 g; W tym cukry: 82.82 g; Błonnik pok.: 28.97 g; Sól: 4.01 g; Sód: 1563,9 mg	Wartość energetyczna: 2157.36 kcal; Białko ogółem: 101.94 g; Tłuszcz: 66.42 g; Kw. tł. nasy.: 14.13 g; Węglowodany ogółem: 293.59 g; W tym cukry: 44.63 g; Błonnik pok.: 45.66 g; Sól: 6.59 g; Sód: 2570,1 mg	Wartość energetyczna: 2266.84 kcal; Białko ogółem: 113.57 g; Tłuszcz: 50.83 g; Kw. tł. nasy.: 15.99 g; Węglowodany ogółem: 350.41 g; W tym cukry: 99.33 g; Błonnik pok.: 43.73 g; Sól: 5.33 g; Sód: 2078,7 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-09-01 do dnia 2026-09-10 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	
2026-09-02 środa	Śniadanie	kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Pasta z ciecierzycy 100 g Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE,</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>) 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 (<u>GLU ŻYT,</u>) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	kasza jaglana na mleku 250 ml (<u>MLE,</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>) 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 (<u>MLE, SEL,</u>) Kotlet mielony wieprzowy (1) smażony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty czerwonej (1) 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zacierkowa (2) 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Pulpet wieprzowy duszony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pomidorowy (2) 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	kalafiorowa z ziemniakami (6) 300 ml (<u>SEL,</u>) Pulpet wieprzowy duszony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pomidorowy (6) 50 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty czerwonej (6) 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	kalafiorowa z ziemniakami (1) 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Kotlet mielony wieprzowy (1) smażony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty czerwonej (1) 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
	PD				Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Otręby pszenne 10 g (<u>GLU PSZ,</u>)	Jabłko pieczone z miodem 1 szt
	Kolacja	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) 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 (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN	Sok jabłkowo-aroniowy 0,2L NFC -100% tłoczony 1 szt			Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Sok jabłkowo-aroniowy 0,2L NFC -100% tłoczony 1 szt
		Wartość energetyczna: 2230.14 kcal; Białko ogółem: 86.20 g; Tłuszcz: 75.25 g; Kw. tł. nasy.: 14.04 g; Węglowodany ogółem: 312.96 g; W tym cukry: 61.90 g; Błonnik pok.: 31.49 g; Sól: 5.74 g; Sód: 2238,6 mg	Wartość energetyczna: 2008.57 kcal; Białko ogółem: 97.60 g; Tłuszcz: 43.65 g; Kw. tł. nasy.: 11.40 g; Węglowodany ogółem: 315.85 g; W tym cukry: 79.36 g; Błonnik pok.: 23.04 g; Sól: 6.23 g; Sód: 2429,7 mg	Wartość energetyczna: 1914.33 kcal; Białko ogółem: 83.10 g; Tłuszcz: 57.57 g; Kw. tł. nasy.: 12.81 g; Węglowodany ogółem: 272.77 g; W tym cukry: 42.71 g; Błonnik pok.: 37.56 g; Sól: 8.66 g; Sód: 3377,4 mg	Wartość energetyczna: 2318.74 kcal; Białko ogółem: 91.99 g; Tłuszcz: 69.76 g; Kw. tł. nasy.: 13.29 g; Węglowodany ogółem: 348.15 g; W tym cukry: 88.21 g; Błonnik pok.: 32.58 g; Sól: 7.61 g; Sód: 2967,9 mg	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-09-01 do dnia 2026-09-10 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
2026-09-03 czwartek	Śniadanie	Płatki pszenne 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 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Ogórek konserwowy 100 g (<u>GOR,</u>) Majonez 10 g (<u>JAJ, GOR,</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) 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>) 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>) 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	Płatki pszenne 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>) Ogórek kiszony 100 g Majonez 10 g (<u>JAJ, GOR,</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN	Kiwi 1 szt			
	Obiad	Jarzynowa z kaszą kukurydzianą (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Schab w kostkę z sosem węgierskim 150 g (<u>S02,</u>) Kasza gryczana 200 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki (1) 100 g (<u>MLE,</u>) Fasolka szparagowa żółta * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z kaszą kukurydzianą (2) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Schab pieczony szarpany 100 g Sos pieczeniowy 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew oprószana (2) 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z kaszą kukurydzianą (6) 300 ml (<u>SEL,</u>) Schab w kostkę z sosem węgierskim 150 g (<u>S02,</u>) Kasza gryczana 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 w kostkę z sosem węgierskim 150 g (<u>S02,</u>) Kasza gryczana 200 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki (1) 100 g (<u>MLE,</u>) Fasolka szparagowa żółta * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Pasta z soczewicy czerwonej 100 g Ślupki z marchewki 100 g			
	Kolacja	Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową,wędzona,parzona 45 g (<u>może zawierać: SOJ, SEL, GOR,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Salatka z makaronu i tuńczyka (1) 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, GOR,</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową,wędzona,parzona 45 g (<u>może zawierać: SOJ, SEL, GOR,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Salatka z makaronu i tuńczyka (2) 150 g (<u>GLU PSZ, RYB, MLE,</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową,wędzona,parzona 45 g (<u>może zawierać: SOJ, SEL, GOR,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Salatka z makaronu brązowego i tuńczyka (6) 150 g (<u>GLU PSZ, RYB, MLE,</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową,wędzona,parzona 45 g (<u>może zawierać: SOJ, SEL, GOR,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Salatka z makaronu i tuńczyka (1) 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, GOR,</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Jogurt pitny naturalny 1 szt (<u>MLE,</u>)			
		Wartość energetyczna: 2885.41 kcal; Białko ogółem: 128.85 g; Tłuszcz: 94.57 g; Kw. tł. nasy.: 21.70 g; Węglowodany ogółem: 406.31 g; W tym cukry: 39.00 g; Błonnik pok.: 33.35 g; Sól: 10.20 g; Sód: 3978 mg	Wartość energetyczna: 2057.17 kcal; Białko ogółem: 110.77 g; Tłuszcz: 56.16 g; Kw. tł. nasy.: 15.63 g; Węglowodany ogółem: 293.84 g; W tym cukry: 39.82 g; Błonnik pok.: 25.53 g; Sól: 8.03 g; Sód: 3131,7 mg	Wartość energetyczna: 2394.65 kcal; Białko ogółem: 119.38 g; Tłuszcz: 78.05 g; Kw. tł. nasy.: 18.30 g; Węglowodany ogółem: 322.04 g; W tym cukry: 39.74 g; Błonnik pok.: 38.64 g; Sól: 9.02 g; Sód: 3517,8 mg	Wartość energetyczna: 2710.01 kcal; Białko ogółem: 124.34 g; Tłuszcz: 97.10 g; Kw. tł. nasy.: 23.89 g; Węglowodany ogółem: 357.14 g; W tym cukry: 69.24 g; Błonnik pok.: 33.04 g; Sól: 9.21 g; Sód: 3591,9 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-09-01 do dnia 2026-09-10 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
2026-09-04 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE,</u>)
	II ŚN		Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 35 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT,</u>)	Salatka owocowa ze słonecznikiem 200 g
	Obiad	Barszcz biały z jajkiem (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Kotlet z ryby (Miruna) smażony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem (1) 100 g Warzywa po grecku 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (2)* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pulpet rybny (Miruna) pieczony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos cytrynowy (2) 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Warzywa po grecku 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (6)* 300 ml (<u>SEL,</u>) Pulpet rybny (Miruna) pieczony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos cytrynowy (6) 50 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem (6) 100 g Kalaflor gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Nektarynka 150 g	Banan 1szt. 1 szt
	Kolacja	Pasta z twarogu z ziołami 100 g (<u>MLE,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Pasta z twarogu z ziołami 140 g (<u>MLE,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Pasta z twarogu z ziołami 100 g (<u>MLE,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Kisiel z truskawkami z/c* 200 ml	Kisiel z truskawkami b/c* 200 ml	Kisiel z truskawkami z/c* 200 ml
		Wartość energetyczna: 2092.25 kcal; Białko ogółem: 95.49 g; Tłuszcz: 57.14 g; Kw. tł. nasy.: 13.10 g; Węglowodany ogółem: 310.97 g; W tym cukry: 56.60 g; Błonnik pok.: 27.02 g; Sól: 6.63 g; Sód: 2585,7 mg	Wartość energetyczna: 2018.20 kcal; Białko ogółem: 93.72 g; Tłuszcz: 44.96 g; Kw. tł. nasy.: 10.70 g; Węglowodany ogółem: 318.00 g; W tym cukry: 85.03 g; Błonnik pok.: 25.15 g; Sól: 4.74 g; Sód: 18486 mg	Wartość energetyczna: 1806.47 kcal; Białko ogółem: 91.12 g; Tłuszcz: 44.41 g; Kw. tł. nasy.: 9.81 g; Węglowodany ogółem: 266.51 g; W tym cukry: 39.65 g; Błonnik pok.: 27.47 g; Sól: 8.72 g; Sód: 3400,8 mg
		Wartość energetyczna: 2638.20 kcal; Białko ogółem: 108.24 g; Tłuszcz: 66.66 g; Kw. tł. nasy.: 16.83 g; Węglowodany ogółem: 415.74 g; W tym cukry: 139.81 g; Błonnik pok.: 33.51 g; Sól: 6.81 g; Sód: 2655,9 mg		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-09-01 do dnia 2026-09-10 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
2026-09-05 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 70 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,</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>) Rzodkiewka 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 70 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,</u>) 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	Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 70 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,</u>) Margaryna porcjowa 10g 2 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	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 70 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,</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>) Rzodkiewka 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Jabłko 150 g	Jogurt owocowy jogobella 1 szt (<u>MLE,</u>)
	Obiad	barszcz czerwony z ziemniakami (1)* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kotlet drobiowy smaź. 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka żydowska (1) 100 g Bukiet warzyw królewski got. 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	barszcz czerwony z ziemniakami (2)* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Bitka z piersi kurczaka duszona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos majerankowy (2)* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet warzyw królewski got. 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	barszcz czerwony z ziemniakami (6)* 300 ml (<u>SEL,</u>) Bitka z piersi kurczaka duszona (6) 100 g Sos majerankowy (6)* 50 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka żydowska (6) 100 g Bukiet warzyw królewski got. 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	barszcz czerwony z ziemniakami (1)* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kotlet drobiowy smaź. 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka żydowska (1) 100 g Bukiet warzyw królewski got. 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Ziemniaki gotowane 200 g
	PD			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Płatki owsiane 10 g (<u>GLU OW,</u>)	Sok jabłkowo-gruszkowy 0,195L-100% tłoczony 1 szt
	Kolacja	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 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Ogórek kiszony 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 (<u>SOJ,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sałata zielona z pomidorem b/skóry i oliwą 100 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 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 Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 10 g Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Galaretka wiśniowa 250 g	Galaretka brzoskwiniowa (2) 250 g	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Galaretka wiśniowa 250 g
		Wartość energetyczna: 1952.56 kcal; Białko ogółem: 99.88 g; Tłuszcz: 54.40 g; Kw. tł. nasy.: 10.94 g; Węglowodany ogółem: 284.69 g; W tym cukry: 45.26 g; Błonnik pok.: 26.38 g; Sól: 10.30 g; Sód: 4017 mg	Wartość energetyczna: 1985.60 kcal; Białko ogółem: 100.88 g; Tłuszcz: 62.73 g; Kw. tł. nasy.: 12.13 g; Węglowodany ogółem: 265.26 g; W tym cukry: 47.24 g; Błonnik pok.: 19.53 g; Sól: 6.49 g; Sód: 2531,1 mg	Wartość energetyczna: 1821.12 kcal; Białko ogółem: 94.10 g; Tłuszcz: 53.30 g; Kw. tł. nasy.: 10.58 g; Węglowodany ogółem: 254.65 g; W tym cukry: 39.53 g; Błonnik pok.: 27.84 g; Sól: 13.29 g; Sód: 5183,1 mg	Wartość energetyczna: 2023.76 kcal; Białko ogółem: 99.74 g; Tłuszcz: 54.35 g; Kw. tł. nasy.: 10.93 g; Węglowodany ogółem: 302.57 g; W tym cukry: 62.28 g; Błonnik pok.: 26.04 g; Sól: 10.30 g; Sód: 4017 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-09-01 do dnia 2026-09-10 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
2026-09-06 niedziela	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj ze szczypiorkiem (1) 100 g (<u>JAJ, GOR,</u>) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Pomidor b/skórki 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Pasta z jaj ze szczypiorkiem (6) 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj ze szczypiorkiem (1) 120 g (<u>JAJ, GOR,</u>) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II SN			Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami* (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Mięso mielone w sosie pomidorowym+ser (1,6) 150 g (<u>MLE,</u>) Makaron Spaghetti razowy 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem (1) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Ciasto pleśniak 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, ORZ,</u>)	Brokułowa z ziemniakami* (2) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Mięso mielone w sosie pomidorowym (2) 150 g Makaron Spaghetti 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Cukinia pieczona z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Ciasto drożdżowe 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Brokułowa z ziemniakami* (6) 300 ml (<u>SEL,</u>) Mięso mielone w sosie pomidorowym+ser (1,6) 150 g (<u>MLE,</u>) Makaron Spaghetti razowy 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem (6) 100 g Zielona fasolka szparagowa * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Mięso mielone w sosie pomidorowym+ser (1,6) 150 g (<u>MLE,</u>) Makaron Spaghetti 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem (1) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Ciasto pleśniak 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, ORZ,</u>)
	PD			Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 35 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT,</u>)	Serek homogenizowany o smaku waniliowym Danio 1 szt (<u>MLE,</u>)
	Kolacja	Schab duszony plastry 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Sałata zielona 25 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Schab duszony plastry 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Sałata zielona 25 g Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Schab duszony plastry 70 g 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	Schab duszony plastry 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Sałata zielona 25 g Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
	PN	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE,</u>)		Budyń o smaku waniliowym bez cukru 200 ml (<u>MLE,</u>)	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE,</u>)
		Wartość energetyczna: 2885.68 kcal; Białko ogółem: 121.39 g; Tłuszcz: 110.30 g; Kw. tł. nasy.: 31.66 g; Węglowodany ogółem: 340.05 g; W tym cukry: 92.05 g; Błonnik pok.: 20.30 g; Sól: 5.68 g; Sód: 2215,2 mg	Wartość energetyczna: 2755.40 kcal; Białko ogółem: 131.53 g; Tłuszcz: 69.42 g; Kw. tł. nasy.: 20.33 g; Węglowodany ogółem: 351.80 g; W tym cukry: 66.05 g; Błonnik pok.: 17.41 g; Sól: 6.21 g; Sód: 2421,9 mg	Wartość energetyczna: 2106.99 kcal; Białko ogółem: 103.39 g; Tłuszcz: 74.42 g; Kw. tł. nasy.: 19.96 g; Węglowodany ogółem: 266.19 g; W tym cukry: 61.86 g; Błonnik pok.: 25.36 g; Sól: 7.45 g; Sód: 2905,5 mg	Wartość energetyczna: 3292.82 kcal; Białko ogółem: 136.01 g; Tłuszcz: 118.91 g; Kw. tł. nasy.: 35.17 g; Węglowodany ogółem: 413.07 g; W tym cukry: 122.98 g; Błonnik pok.: 25.33 g; Sól: 6.02 g; Sód: 2347,8 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-09-01 do dnia 2026-09-10 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	
2026-09-07 poniedziałek	Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku 300 ml (<u>MLE</u> ,) Pasztet drobiowy Sokółów 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</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	Płatki ryżowe na mleku 300 ml (<u>MLE</u> ,) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową.wędzona,parzona 70 g (<u>może zawierać: SOJ, SEL, GOR</u> ,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową.wędzona,parzona 70 g (<u>może zawierać: SOJ, SEL, GOR</u> ,) Margaryna porcjowa 10g 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	Płatki ryżowe na mleku 300 ml (<u>MLE</u> ,) Pasztet drobiowy Sokółów 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</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		Pasztet sojowy 60 g (<u>SOJ, GOR</u> ,) 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	fasolowa z ziemniakami z kielbasą (1,6)* 300 ml (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, SEL, GOR</u> ,) Naleśniki razowe ze szpinakiem i mozarellą (1,6) 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ,) Sos jogurtowo-czosnkowy 100 g (<u>MLE</u> ,) Surówka z marchwi i jabłka (1) 200 g (<u>MLE</u> ,) Kompot owocowy* b/c 250 ml	krupnik jęczmienny z ziemniakami (2) 300 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ</u> ,) Pierogi z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Mus z truskawek* 150 g Surówka z marchwi i jabłka (2) 200 g (<u>MLE</u> ,) Kompot owocowy* b/c 250 ml	fasolowa z ziemniakami z kielbasą (1,6)* 300 ml (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, SEL, GOR</u> ,) Naleśniki razowe ze szpinakiem i mozarellą (1,6) 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ,) Sos jogurtowo-czosnkowy 100 g (<u>MLE</u> ,) Surówka z marchwi i jabłka (6) 200 g (<u>MLE</u> ,) Kompot owocowy* b/c 250 ml	fasolowa z ziemniakami z kielbasą (1,6)* 300 ml (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, SEL, GOR</u> ,) Naleśniki z dżemem truskawkowym (ruloniki) 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ,) Surówka z marchwi i jabłka (1) 200 g (<u>MLE</u> ,) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Gruszka 1szt. 150 g	Galaretko o smaku brzoskwiowym 150 g
	Kolacja	Serek homogenizowany ze szczypiorkiem 120 g (<u>MLE</u> ,) margaryna porcjowa 10g 2 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Ogórek konserwowy 100 g (<u>GOR</u> ,) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Serek homogenizowany z koperkiem 120 g (<u>MLE</u> ,) 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	Serek homogenizowany ze szczypiorkiem 140 g (<u>MLE</u> ,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT</u> ,) Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Serek homogenizowany ze szczypiorkiem 120 g (<u>MLE</u> ,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Ogórek konserwowy 100 g (<u>GOR</u> ,) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Sok jabłkowo-gruszkowy 0,195L-100% tłoczony 1 szt		Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową.wędzona,parzona 35 g (<u>może zawierać: SOJ, SEL, GOR</u> ,) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT</u> ,)	Sok jabłkowo-gruszkowy 0,195L-100% tłoczony 1 szt	
Wartość energetyczna: 2210.53 kcal; Białko ogółem: 99.64 g; Tłuszcz: 81.82 g; Kw. tł. nasy.: 27.16 g; Węglowodany ogółem: 290.12 g; W tym cukry: 68.92 g; Błonnik pok.: 28.14 g; Sól: 7.07 g; Sód: 2757,3 mg		Wartość energetyczna: 2288.66 kcal; Białko ogółem: 102.44 g; Tłuszcz: 51.97 g; Kw. tł. nasy.: 14.54 g; Węglowodany ogółem: 373.25 g; W tym cukry: 84.13 g; Błonnik pok.: 29.93 g; Sól: 4.24 g; Sód: 1653,6 mg	Wartość energetyczna: 2171.31 kcal; Białko ogółem: 100.00 g; Tłuszcz: 87.16 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 261.39 g; W tym cukry: 43.77 g; Błonnik pok.: 34.09 g; Sól: 11.82 g; Sód: 4609,8 mg	Wartość energetyczna: 2514.52 kcal; Białko ogółem: 89.58 g; Tłuszcz: 77.31 g; Kw. tł. nasy.: 20.85 g; Węglowodany ogółem: 385.97 g; W tym cukry: 129.79 g; Błonnik pok.: 28.09 g; Sól: 6.99 g; Sód: 2726,1 mg	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-09-01 do dnia 2026-09-10 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
2026-09-08 wtorek	Śniadanie	Makaron drobny na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</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>) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Makaron drobny na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</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>) Sałata zielona 10 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Makaron drobny na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</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>) Papryka świeża 100 g 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>)	Podplomyki 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 120 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 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchew duszona 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	ogórkowa z ziemniakami*(6) 300 ml (<u>SEL,</u>) Udko z kurczaka pieczone z/k z/s 120 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 120 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	Paszтет z ciecierzycą 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Rzodkiewka 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Paszтет wegetariański (2) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) buraczki z jabłkiem 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Paszтет z ciecierzycą 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Rzodkiewka 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Rzodkiewka 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Maślanka 150 ml (<u>MLE,</u>) Otręby pszenne 10 g (<u>GLU PSZ,</u>)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2063.05 kcal; Białko ogółem: 92.23 g; Tłuszcz: 71.19 g; Kw. tł. nasy.: 15.39 g; Węglowodany ogółem: 285.64 g; W tym cukry: 34.43 g; Błonnik pok.: 31.20 g; Sól: 7.26 g; Sód: 2831,4 mg	Wartość energetyczna: 1932.82 kcal; Białko ogółem: 88.58 g; Tłuszcz: 55.28 g; Kw. tł. nasy.: 13.28 g; Węglowodany ogółem: 286.33 g; W tym cukry: 68.76 g; Błonnik pok.: 29.43 g; Sól: 5.42 g; Sód: 2113,8 mg	Wartość energetyczna: 2148.03 kcal; Białko ogółem: 99.16 g; Tłuszcz: 77.55 g; Kw. tł. nasy.: 16.33 g; Węglowodany ogółem: 280.72 g; W tym cukry: 41.89 g; Błonnik pok.: 35.10 g; Sól: 9.39 g; Sód: 3662,1 mg	Wartość energetyczna: 2267.48 kcal; Białko ogółem: 106.53 g; Tłuszcz: 68.48 g; Kw. tł. nasy.: 17.22 g; Węglowodany ogółem: 328.55 g; W tym cukry: 76.38 g; Błonnik pok.: 31.22 g; Sól: 9.32 g; Sód: 3634,8 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-09-01 do dnia 2026-09-10 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
2026-09-09 środa	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, S02,</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>) Rzodkiew biała 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, S02,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Cykorja 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 70 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,</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>) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN		Kiwi 1 szt 150 g	Ciastka zbożowe z owocami 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)
	Obiad	Pomidorowa z ryżem (1)* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Filet z kurczaka po hawajsku pieczony 120 g (<u>MLE,</u>) Sos ananasowy (1) 50 ml Kasza bulgur 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem (1) 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem (2)* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Filet z kurczaka duszony 100 g Sos ziołowy (2) 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jaglana na sypko 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem (6)* 300 ml (<u>SEL,</u>) Filet z kurczaka duszony 100 g Sos ziołowy (6) 50 ml (<u>SEL,</u>) Kasza bulgur 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z papryki z olejem (6) 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Ser żółty 35 g (<u>MLE,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT,</u>)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)
	Kolacja	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) 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 (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Kisiel z truskawkami b/c* 250 ml			
	Wartość energetyczna: 2164.01 kcal; Białko ogółem: 111.94 g; Tłuszcz: 57.00 g; Kw. tł. nasy.: 14.64 g; Węglowodany ogółem: 307.94 g; W tym cukry: 40.21 g; Błonnik pok.: 23.41 g; Sól: 7.89 g; Sód: 3077,1 mg	Wartość energetyczna: 1896.95 kcal; Białko ogółem: 106.82 g; Tłuszcz: 35.09 g; Kw. tł. nasy.: 9.03 g; Węglowodany ogółem: 295.76 g; W tym cukry: 54.28 g; Błonnik pok.: 23.37 g; Sól: 5.90 g; Sód: 2301 mg	Wartość energetyczna: 1991.55 kcal; Białko ogółem: 101.57 g; Tłuszcz: 51.38 g; Kw. tł. nasy.: 14.55 g; Węglowodany ogółem: 282.31 g; W tym cukry: 37.95 g; Błonnik pok.: 28.35 g; Sól: 9.56 g; Sód: 3728,4 mg	Wartość energetyczna: 2364.96 kcal; Białko ogółem: 119.80 g; Tłuszcz: 65.45 g; Kw. tł. nasy.: 19.36 g; Węglowodany ogółem: 330.27 g; W tym cukry: 45.43 g; Błonnik pok.: 24.17 g; Sól: 8.06 g; Sód: 3143,4 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-09-01 do dnia 2026-09-10 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	
2026-09-10 czwartek	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ,</u>) Twarożek ze szczypiorkiem (1,6) 100 g (<u>MLE,</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 jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ,</u>) Twarożek z koperkiem (2) 120 g (<u>MLE,</u>) 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	Twarożek ze szczypiorkiem (1,6) 140 g (<u>MLE,</u>) Margaryna porcjowa 10g 2 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	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ,</u>) Twarożek ze szczypiorkiem (1,6) 100 g (<u>MLE,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 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				Jabłko 150 g	
	Obiad	Rosół z makaronem (1.2)* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Gołąbek z kapusty włoskiej ryżem i wieprzowiną pieczony (1,6) 200 g (<u>JAJ,</u>) Sos pomidorowy (1) 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem (1) 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem (1.2)* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Klops ryżowo-wieprzowy pieczony (2) 100 g Sos pomidorowy (2) 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Szpinak gotowany (2) 200 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem brązowym (6)* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Gołąbek z kapusty włoskiej ryżem i wieprzowiną pieczony (1,6) 200 g (<u>JAJ,</u>) Sos pomidorowy (6) 100 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem (6) 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem (1.2)* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Gołąbek z kapusty włoskiej ryżem i wieprzowiną pieczony (1,6) 200 g (<u>JAJ,</u>) Sos pomidorowy (1) 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem (1) 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	
	PD				Maślanka 150 ml (<u>MLE,</u>) Otręby pszenne 10 g (<u>GLU PSZ,</u>)	Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)
	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>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Schab pieczony 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Schab pieczony 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Schab pieczony 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<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	Koktajl bananowy 250 ml (<u>MLE,</u>)			Koktajl porzeczkowy b/c 250 ml (<u>MLE,</u>)	Koktajl bananowy 250 ml (<u>MLE,</u>)
		Wartość energetyczna: 2322.46 kcal; Białko ogółem: 127.32 g; Tłuszcz: 66.78 g; Kw. tł. nasy.: 20.55 g; Węglowodany ogółem: 324.28 g; W tym cukry: 72.30 g; Błonnik pok.: 30.43 g; Sól: 4.91 g; Sód:1914,9 mg	Wartość energetyczna: 2129.64 kcal; Białko ogółem: 126.96 g; Tłuszcz: 56.20 g; Kw. tł. nasy.: 18.59 g; Węglowodany ogółem: 293.40 g; W tym cukry: 64.91 g; Błonnik pok.: 23.40 g; Sól: 3.23 g; Sód: 1259,7 mg	Wartość energetyczna: 2138.25 kcal; Białko ogółem: 123.99 g; Tłuszcz: 63.85 g; Kw. tł. nasy.: 18.60 g; Węglowodany ogółem: 285.68 g; W tym cukry: 65.35 g; Błonnik pok.: 39.58 g; Sól: 6.05 g; Sód: 2359,5 mg	Wartość energetyczna: 2460.56 kcal; Białko ogółem: 131.98 g; Tłuszcz: 65.18 g; Kw. tł. nasy.: 21.70 g; Węglowodany ogółem: 359.26 g; W tym cukry: 108.97 g; Błonnik pok.: 33.54 g; Sól: 5.05 g; Sód: 1969,5 mg	

Oznaczenia wskaźników odż.:

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

Białko ogółem - Białko ogółem wg 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,