

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-21 do dnia 2026-08-31 KUCHNIA WARSZAWA WIM- BIS

		W-wa WB- WIM 1 Podstawowa	W-wa WB- WIM 2 Łatwo strawna	W-wa WB- WIM 6 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów	W-wa WB- WIM P1 Dzieci 3(.3 r.ż) Podstawowa
2026-08-21 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 10 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	Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Pomidor 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 Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>)	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 kiszonej 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 kiszonej 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 kiszonej 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 10 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT,</u>)	Sok marchwiowo-jabłkowy 1 szt
	Kolacja	Schab pieczony 70 g Margaryna porcjowa 10 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 10 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 10 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 10 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;	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: 5.37 g;	Wartość energetyczna: 1950.05 kcal; Białko ogółem: 95.69 g; Tłuszcz: 57.41 g; Kw. tł. nasy.: 11.98 g; Węglowodany ogółem: 276.78 g; W tym cukry: 39.47 g; Błonnik pok.: 32.86 g; Sól: 7.90 g;	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: 6.04 g;
		Sód: 2262 mg	Sód: 2094,3 mg	Sód: 3081 mg	Sód: 2355,6 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-21 do dnia 2026-08-31 KUCHNIA WARSZAWA WIM- BIS

W-wa WB- WIM 1 Podstawowa		W-wa WB- WIM 2 Łatwo strawna	W-wa WB- WIM 6 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów	W-wa WB- WIM P1 Dzieci 3(.3 r.ż) Podstawowa	
2026-08-22 sobota	Śniadanie	ryż 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 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 Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	ryż 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	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	ryż 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 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 Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN		Śliwka 150 g	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kotlet drobiowy smażony 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kasza gryczana 200 g Surówka z pora, jabłka i marchewki (1) 100 g (<u>MLE,</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (2) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos majerankowy (2) 50 ml (<u>GLU PSZ, 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>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos majerankowy (6) 50 ml (<u>SEL,</u>) Kasza gryczana 200 g Surówka z pora, jabłka i marchewki (6) 100 g (<u>MLE,</u>) Kalafior gotowany * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kotlet drobiowy smażony 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kasza gryczana 200 g Surówka z pora, jabłka i marchewki (1) 100 g (<u>MLE,</u>) 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 (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT,</u>)	Biskopki 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</u>)	
	Kolacja	Paszтет z soczewicy () 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Paszтет wegetariański (2) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) buraczki z jabłkiem 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Paszтет z soczewicy () 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	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 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Jogurt jogobella malinowa 1 szt (<u>MLE,</u>)	
	Wartość energetyczna: 2238.48 kcal; Białko ogółem: 110.79 g; Tłuszcz: 64.38 g; Kw. tł. nasy.: 14.03 g; Węglowodany ogółem: 331.47 g; W tym cukry: 40.20 g; Błonnik pok.: 34.30 g; Sól: 8.04 g; Sód: 3135,6 mg	Wartość energetyczna: 1956.26 kcal; Białko ogółem: 97.75 g; Tłuszcz: 55.17 g; Kw. tł. nasy.: 13.17 g; Węglowodany ogółem: 287.76 g; W tym cukry: 48.46 g; Błonnik pok.: 27.29 g; Sól: 5.03 g; Sód: 1961,7 mg	Wartość energetyczna: 1988.48 kcal; Białko ogółem: 97.20 g; Tłuszcz: 51.70 g; Kw. tł. nasy.: 9.89 g; Węglowodany ogółem: 303.63 g; W tym cukry: 40.12 g; Błonnik pok.: 37.17 g; Sól: 12.43 g; Sód: 4847,7 mg	Wartość energetyczna: 2155.32 kcal; Białko ogółem: 110.63 g; Tłuszcz: 58.52 g; Kw. tł. nasy.: 14.11 g; Węglowodany ogółem: 325.36 g; W tym cukry: 60.81 g; Błonnik pok.: 29.79 g; Sól: 9.94 g; Sód: 3876,6 mg	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-21 do dnia 2026-08-31 KUCHNIA WARSZAWA WIM- BIS

		W-wa WB- WIM 1 Podstawowa	W-wa WB- WIM 2 Łatwo strawna	W-wa WB- WIM 6 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów	W-wa WB- WIM P1 Dzieci 3(.3 r.ż) Podstawowa
2026-08-23 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 ŚN			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 na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 35 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT,)	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;	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;	Wartość energetyczna: 1908.94 kcal; Białko ogółem: 90.87 g; Tłuszcz: 55.20 g; Kw. tł. nasy.: 12.44 g; Węglowodany ogółem: 269.70 g; W tym cukry: 35.43 g; Błonnik pok.: 29.43 g; Sól: 8.38 g;	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: 2546,7 mg	Sód: 2862,6 mg	Sód: 3268,2 mg	Sód: 2601,3 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-21 do dnia 2026-08-31 KUCHNIA WARSZAWA WIM- BIS

W-wa WB- WIM 1 Podstawowa		W-wa WB- WIM 2 Łatwo strawna	W-wa WB- WIM 6 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów	W-wa WB- WIM P1 Dzieci 3.(3 r.ż) Podstawowa	
2026-08-24 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Paszтет z całego kurczaka 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>) 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 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 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>) Paszтет z całego kurczaka 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>) 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 (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)	
	Obiad	Pomidorowa z ryżem brązowym (1)* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Naleśniki z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Mus z brzoskwiń 150 g Surówka z marchwi i jabłka (1,2,6) 200 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem (2)* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (<u>MLE,</u>) Mus z truskawek* 150 g Surówka z marchwi i jabłka (1,2,6) 200 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem brązowym (6)* 300 ml (<u>SEL,</u>) Naleśniki z serem (6) 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Mus z truskawek* b/c 150 g Surówka z marchwi i jabłka (1,2,6) 200 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem brązowym (1)* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Naleśniki z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Mus z brzoskwiń 150 g Surówka z marchwi i jabłka (1,2,6) 200 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Twarożek ze szczypiorkiem 50 g (<u>MLE,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT,</u>)	Serek homog.Danio 1 szt (<u>MLE,</u>)	
	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 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Sałatka jarzynowa (1) 150 g (<u>JAJ, MLE, GOR,</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową,wędzona,parzona 70 g (<u>może zawierać: SOJ, SEL, GOR,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Pomidor b/skórki 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 (<u>może zawierać: SOJ, SEL, GOR,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Sałatka jarzynowa (6) 150 g (<u>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>) Sałatka jarzynowa (1) 150 g (<u>JAJ, MLE, GOR,</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)			
	Wartość energetyczna: 2598.31 kcal; Białko ogółem: 98.94 g; Tłuszcz: 110.46 g; Kw. tł. nasy.: 28.30 g; Węglowodany ogółem: 321.99 g; W tym cukry: 84.96 g; Błonnik pok.: 29.58 g; Sól: 7.32 g;	Wartość energetyczna: 2048.84 kcal; Białko ogółem: 95.56 g; Tłuszcz: 59.21 g; Kw. tł. nasy.: 17.96 g; Węglowodany ogółem: 297.87 g; W tym cukry: 59.54 g; Błonnik pok.: 22.78 g; Sól: 6.31 g;	Wartość energetyczna: 2138.75 kcal; Białko ogółem: 94.98 g; Tłuszcz: 78.48 g; Kw. tł. nasy.: 19.35 g; Węglowodany ogółem: 276.72 g; W tym cukry: 64.61 g; Błonnik pok.: 32.64 g; Sól: 9.02 g;	Wartość energetyczna: 2722.31 kcal; Białko ogółem: 101.26 g; Tłuszcz: 113.71 g; Kw. tł. nasy.: 28.71 g; Węglowodany ogółem: 343.41 g; W tym cukry: 94.48 g; Błonnik pok.: 29.63 g; Sól: 7.54 g;	
	Sód: 2854,8 mg	Sód: 2460,9 mg	Sód: 3517,8 mg	Sód: 2940,6 mg	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-21 do dnia 2026-08-31 KUCHNIA WARSZAWA WIM- BIS

		W-wa WB- WIM 1 Podstawowa	W-wa WB- WIM 2 Łatwo strawna	W-wa WB- WIM 6 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów	W-wa WB- WIM P1 Dzieci 3(.3 r.ż) Podstawowa
2026-08-25 wtorek	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ,</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 JECZ,</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 JECZ,</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 kiszony 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>) Befszyk mielony wieprzowy z cebulką smażony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Sałata lodowa 100 g (<u>GOR,</u>) Buraczki gotowane (1,2) 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>) Pulpet wieprzowy pieczony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pomidorowy (2) 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki gotowane (1,2) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	ogórkowa z ziemniakami*(6) 300 ml (<u>SEL,</u>) Pulpet wieprzowy pieczony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pomidorowy (6) 50 ml (<u>SEL,</u>) 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>) Befszyk mielony wieprzowy z cebulką smażony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki gotowane (1,2) 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 Sałata zielona 25 g Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ,</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 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: 2100.59 kcal; Białko ogółem: 86.26 g; Tłuszcz: 62.21 g; Kw. tł. nasy.: 15.37 g; Węglowodany ogółem: 317.26 g; W tym cukry: 64.15 g; Błonnik pok.: 28.22 g; Sól: 6.88 g;	Wartość energetyczna: 1865.15 kcal; Białko ogółem: 92.76 g; Tłuszcz: 40.74 g; Kw. tł. nasy.: 12.12 g; Węglowodany ogółem: 295.49 g; W tym cukry: 67.08 g; Błonnik pok.: 23.60 g; Sól: 7.96 g;	Wartość energetyczna: 1944.79 kcal; Białko ogółem: 97.14 g; Tłuszcz: 66.42 g; Kw. tł. nasy.: 15.39 g; Węglowodany ogółem: 253.52 g; W tym cukry: 33.10 g; Błonnik pok.: 26.70 g; Sól: 13.99 g;	Wartość energetyczna: 2425.39 kcal; Białko ogółem: 96.76 g; Tłuszcz: 66.57 g; Kw. tł. nasy.: 17.34 g; Węglowodany ogółem: 379.33 g; W tym cukry: 102.14 g; Błonnik pok.: 31.41 g; Sól: 7.89 g;
		Sód: 2683,2 mg	Sód: 3104,4 mg	Sód: 5456,1 mg	Sód: 3077,1 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-21 do dnia 2026-08-31 KUCHNIA WARSZAWA WIM- BIS

		W-wa WB- WIM 1 Podstawowa	W-wa WB- WIM 2 Łatwo strawna	W-wa WB- WIM 6 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów	W-wa WB- WIM P1 Dzieci 3(.3 r.ż) Podstawowa
2026-08-26 środa	Śniadanie	płatki ryżowe na mleku + mus z jabłka 300 ml (<u>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	płatki ryżowe na mleku + mus z jabłka 300 ml (<u>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 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	płatki ryżowe na mleku + mus z jabłka 300 ml (<u>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
	II ŚN			Kiwi 1 szt 150 g	Ciastka zbożowe z owocami 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)
	Obiad	Rosół z makaronem nitki 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Filet z kurczaka po hawajsku 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, 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	Rosół z makaronem nitki 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bitka z piersi kurczaka duszona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) 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	Rosół z makaronem brązowym(6) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bitka z piersi kurczaka duszona (6) 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) 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	Rosół z makaronem nitki 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Filet z kurczaka po hawajsku 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, 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
	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	Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 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	Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Mus z truskawek got. 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 70 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt 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	Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 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 b/c* 250 ml			
	Wartość energetyczna: 2392.63 kcal; Białko ogółem: 125.30 g; Tłuszcz: 74.97 g; Kw. tł. nasy.: 16.57 g; Węglowodany ogółem: 318.63 g; W tym cukry: 45.58 g; Błonnik pok.: 24.76 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 1990.92 kcal; Białko ogółem: 119.72 g; Tłuszcz: 45.27 g; Kw. tł. nasy.: 11.76 g; Węglowodany ogółem: 290.17 g; W tym cukry: 44.97 g; Błonnik pok.: 22.37 g; Sól: 6.24 g;	Wartość energetyczna: 2018.55 kcal; Białko ogółem: 115.04 g; Tłuszcz: 54.73 g; Kw. tł. nasy.: 17.10 g; Węglowodany ogółem: 275.28 g; W tym cukry: 37.83 g; Błonnik pok.: 27.67 g; Sól: 10.00 g;	Wartość energetyczna: 2593.58 kcal; Białko ogółem: 133.16 g; Tłuszcz: 83.42 g; Kw. tł. nasy.: 21.29 g; Węglowodany ogółem: 340.96 g; W tym cukry: 50.80 g; Błonnik pok.: 25.52 g; Sól: 8.26 g;	
Sód: 3155,1 mg		Sód: 2433,6 mg	Sód: 3900 mg	Sód: 3221,4 mg	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-21 do dnia 2026-08-31 KUCHNIA WARSZAWA WIM- BIS

		W-wa WB- WIM 1 Podstawowa	W-wa WB- WIM 2 Łatwo strawna	W-wa WB- WIM 6 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów	W-wa WB- WIM P1 Dzieci 3(.3 r.ż) Podstawowa
2026-08-27 czwartek	Śniadanie	kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Pasta z ciecierzycy paprykowa 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>) Papryka świeża czerwona 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 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>) Sałatka z pomidora b/skóry, miksu 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 (<u>GLU ŻYT,</u>) Papryka świeża czerwona 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 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 czerwona 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Morela świeża 150 g	Banan 1szt. 1 szt
	Obiad	krem z pora (1)* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) mięso z łopatki wieprzowej z sosem bolońskim (1) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron Spaghetti razowy 200 g Sałatka szwedzka z olejem (1,6) 200 g (<u>GOR,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Gryskowa z ziemniakami*(2) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) mięso z łopatki wieprzowej z sosem bolońskim (2) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Makaron Spaghetti 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Cukinia pieczona z tymiankiem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	krem z pora (6)* 300 ml (<u>SEL,</u>) mięso z łopatki wieprzowej z sosem bolońskim (6) 150 g (<u>MLE, SEL,</u>) Makaron Spaghetti razowy 200 g Sałatka szwedzka z olejem (1,6) 100 g (<u>GOR,</u>) Cukinia pieczona z tymiankiem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	krem z pora (1)* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) mięso z łopatki wieprzowej z sosem bolońskim (1) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron Spaghetti razowy 200 g Sałatka szwedzka z olejem (1,6) 200 g (<u>GOR,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Kolacja	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 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	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>) 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 (<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>) 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 (<u>JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL,</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	Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt
		Wartość energetyczna: 2303.63 kcal; Białko ogółem: 105.68 g; Tłuszcz: 80.80 g; Kw. tł. nasy.: 20.51 g; Węglowodany ogółem: 300.56 g; W tym cukry: 52.17 g; Błonnik pok.: 25.78 g; Sól: 10.11 g; Sód: 3942,9 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: 1962.90 kcal; Białko ogółem: 92.66 g; Tłuszcz: 73.63 g; Kw. tł. nasy.: 18.00 g; Węglowodany ogółem: 240.00 g; W tym cukry: 41.18 g; Błonnik pok.: 28.93 g; Sól: 11.55 g; Sód: 4504,5 mg	Wartość energetyczna: 2462.74 kcal; Białko ogółem: 111.92 g; Tłuszcz: 74.95 g; Kw. tł. nasy.: 19.95 g; Węglowodany ogółem: 346.27 g; W tym cukry: 102.54 g; Błonnik pok.: 27.90 g; Sól: 11.54 g; Sód: 4500,6 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-21 do dnia 2026-08-31 KUCHNIA WARSZAWA WIM- BIS

W-wa WB- WIM 1 Podstawowa		W-wa WB- WIM 2 Łatwo strawna	W-wa WB- WIM 6 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów	W-wa WB- WIM P1 Dzieci 3(3 r.ż) Podstawowa	
2026-08-28 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 kiszonej 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 kiszonej 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 kiszonej 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>)	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	Koktajl truskawkowy z/c* 200 ml (<u>MLE,</u>)		Koktajl truskawkowy b/c* 200 ml (<u>MLE,</u>)	Koktajl truskawkowy z/c* 200 ml (<u>MLE,</u>)
	Wartość energetyczna: 2329.99 kcal; Białko ogółem: 120.02 g; Tłuszcz: 80.06 g; Kw. tł. nasy.: 17.36 g; Węglowodany ogółem: 299.86 g; W tym cukry: 43.95 g; Błonnik pok.: 26.81 g; Sól: 7.85 g; Sód: 3061,5 mg	Wartość energetyczna: 1840.37 kcal; Białko ogółem: 105.54 g; Tłuszcz: 42.91 g; Kw. tł. nasy.: 11.70 g; Węglowodany ogółem: 273.12 g; W tym cukry: 72.35 g; Błonnik pok.: 25.52 g; Sól: 5.43 g; Sód: 2117,7 mg	Wartość energetyczna: 2116.40 kcal; Białko ogółem: 114.56 g; Tłuszcz: 68.07 g; Kw. tł. nasy.: 15.45 g; Węglowodany ogółem: 273.54 g; W tym cukry: 38.40 g; Błonnik pok.: 29.48 g; Sól: 9.21 g; Sód: 3591,9 mg	Wartość energetyczna: 2527.79 kcal; Białko ogółem: 127.14 g; Tłuszcz: 84.17 g; Kw. tł. nasy.: 20.01 g; Węglowodany ogółem: 331.00 g; W tym cukry: 70.36 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sól: 7.99 g; Sód: 3116,1 mg	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-21 do dnia 2026-08-31 KUCHNIA WARSZAWA WIM- BIS

W-wa WB- WIM 1 Podstawowa		W-wa WB- WIM 2 Łatwo strawna	W-wa WB- WIM 6 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów	W-wa WB- WIM P1 Dzieci 3(.3 r.ż) Podstawowa	
2026-08-29 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Twarożek ze szczypiorkiem 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>) Rzodkiewka 100 g 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>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE,</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	Twarożek ze szczypiorkiem 140 g (<u>MLE,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Rzodkiewka 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Twarożek ze szczypiorkiem 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>) 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 (<u>SEL,</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z selera i marchwi 100 g (<u>SEL,</u>) Fasolka szparagowa żółta* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zacierkowa (2) 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Szpinak gotowany (2)* 200 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kapuśniak (1,6) 300 ml (<u>SEL,</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z selera i marchwi 100 g (<u>SEL,</u>) Fasolka szparagowa żółta* 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 truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)
	Kolacja	Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (<u>SOJ,</u>) 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>) 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 (<u>SOJ,</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	Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (<u>SOJ,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 110 g (<u>GLU ŻYT,</u>) 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 (<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>) 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 (<u>MLE,</u>)		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Otręby pszenne 10 g (<u>GLU PSZ,</u>)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
	Wartość energetyczna: 2006.53 kcal; Białko ogółem: 103.04 g; Tłuszcz: 67.79 g; Kw. tł. nasy.: 17.06 g; Węglowodany ogółem: 269.88 g; W tym cukry: 37.54 g; Błonnik pok.: 32.68 g; Sól: 7.70 g;	Wartość energetyczna: 1920.92 kcal; Białko ogółem: 107.34 g; Tłuszcz: 51.31 g; Kw. tł. nasy.: 14.92 g; Węglowodany ogółem: 273.64 g; W tym cukry: 45.39 g; Błonnik pok.: 23.98 g; Sól: 5.15 g;	Wartość energetyczna: 2155.19 kcal; Białko ogółem: 113.23 g; Tłuszcz: 78.33 g; Kw. tł. nasy.: 24.46 g; Węglowodany ogółem: 269.91 g; W tym cukry: 44.53 g; Błonnik pok.: 38.47 g; Sól: 8.73 g;	Wartość energetyczna: 2274.87 kcal; Białko ogółem: 113.82 g; Tłuszcz: 71.38 g; Kw. tł. nasy.: 19.46 g; Węglowodany ogółem: 324.40 g; W tym cukry: 79.12 g; Błonnik pok.: 38.51 g; Sól: 7.15 g;	
Sód: 3003 mg		Sód: 2008,5 mg	Sód: 3404,7 mg	Sód: 2788,5 mg	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-21 do dnia 2026-08-31 KUCHNIA WARSZAWA WIM- BIS

		W-wa WB- WIM 1 Podstawowa	W-wa WB- WIM 2 Łatwo strawna	W-wa WB- WIM 6 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów	W-wa WB- WIM P1 Dzieci 3(.3 r.ż) Podstawowa
2026-08-30 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ,</u>) Pasta z twarogu 100 g (<u>MLE,</u>) Margaryna porcjowa 10g 2 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 25 g Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ,</u>) Pasta z twarogu 100 g (<u>MLE,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Miód (25g) 1 szt	Pasta z twarogu 100 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	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ,</u>) Pasta z twarogu 100 g (<u>MLE,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt
	II ŚN			Śliwka 150 g	Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)
	Obiad	Kalafiorowa z ziemniakami (1)* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Wieprzowina szarpana 100 g Sos pieczeniowy (1,2) 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty czerwonej (1,6) 100 g Buraczki gotowane (1,2) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Ciasto słonecznikowe 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)	Ziemniaczana z majerankiem* (2) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Wieprzowina szarpana 100 g Sos pieczeniowy (1,2) 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki gotowane (1,2) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Ciasto drożdżowe 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Kalafiorowa z ziemniakami (6)* 300 ml (<u>SEL,</u>) Wieprzowina szarpana 100 g Sos pieczeniowy (6) 50 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty czerwonej (1,6) 100 g Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ziemniakami (1)* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Wieprzowina szarpana 100 g Sos pieczeniowy (1,2) 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty czerwonej (1,6) 100 g Buraczki gotowane (1,2) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Ciasto słonecznikowe 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)
	PD			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>)	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 kajzerka 50g 1 szt (<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 Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Cykorja 40 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	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>) Pomidor 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 kajzerka 50g 1 szt (<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 Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)
	PN	Sok z buraków 0,3 L produkt pasteryzowany 1 szt (<u>SEL,</u>)		Sok pomidorowy 1 szt	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt
		Wartość energetyczna: 2569.71 kcal; Białko ogółem: 113.56 g; Tłuszcz: 73.50 g; Kw. tł. nasy.: 21.46 g; Węglowodany ogółem: 372.68 g; W tym cukry: 110.12 g; Błonnik pok.: 25.85 g; Sól: 8.13 g;	Wartość energetyczna: 2536.96 kcal; Białko ogółem: 115.76 g; Tłuszcz: 46.89 g; Kw. tł. nasy.: 15.77 g; Węglowodany ogółem: 358.02 g; W tym cukry: 88.72 g; Błonnik pok.: 21.01 g; Sól: 7.02 g;	Wartość energetyczna: 1841.53 kcal; Białko ogółem: 95.39 g; Tłuszcz: 53.11 g; Kw. tł. nasy.: 13.17 g; Węglowodany ogółem: 252.52 g; W tym cukry: 43.80 g; Błonnik pok.: 26.92 g; Sól: 9.80 g;	Wartość energetyczna: 2767.01 kcal; Białko ogółem: 121.05 g; Tłuszcz: 75.22 g; Kw. tł. nasy.: 23.18 g; Węglowodany ogółem: 411.56 g; W tym cukry: 126.20 g; Błonnik pok.: 27.87 g; Sól: 7.21 g;
		Sód: 3170,7 mg	Sód: 2737,8 mg	Sód: 3822 mg	Sód: 2811,9 mg

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-21 do dnia 2026-08-31 KUCHNIA WARSZAWA WIM- BIS

W-wa WB- WIM 1 Podstawowa		W-wa WB- WIM 2 Łatwo strawna	W-wa WB- WIM 6 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów	W-wa WB- WIM P1 Dzieci 3(3.r.ż) Podstawowa	
2026-08-31 poniedziałek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Pasta z jaj ze szczypiorkiem (1) 100 g (<u>JAJ, 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>) Rzodkiewka 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 70 g 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	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>) Rzodkiewka 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>) Pasta z jaj ze szczypiorkiem (1) 100 g (<u>JAJ, 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>) Rzodkiewka 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN		Schab pieczony 40 g Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT,</u>)	Sok jabłkowo-aroniowy 0,2L NFC -100% tłoczony 1 szt	
	Obiad	Zupa porowa (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) sos warzywny z ciecierzycą (1) 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem (1,6) 100 g Marchew gotowana (1,2) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (2)* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Knedle z truskawkami * 300 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos jogurtowy naturalny z/c 100 g (<u>MLE,</u>) Surówka z marchwi i jabłka 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa porowa (6) 300 ml (<u>SEL,</u>) sos warzywny z ciecierzycą (6) 150 g Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem (1,6) 100 g Brokuł gotowany * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa porowa (1) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Knedle z truskawkami * 300 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos jogurtowy naturalny z/c 100 g (<u>MLE,</u>) Surówka z marchwi i jabłka 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Maślanka 200 ml (<u>MLE,</u>) Słupki z warzyw 100 g	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	
	Kolacja	Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 70 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 70 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,</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	Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 70 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt 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	Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 70 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,</u>) Margaryna porcjowa 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Budyń czekoladowy z/c 200 ml (<u>MLE,</u>)	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE,</u>)	Budyń czekoladowy b/c 200 ml (<u>MLE,</u>)	Budyń czekoladowy z/c 200 ml (<u>MLE,</u>)
Wartość energetyczna: 2162.10 kcal; Białko ogółem: 80.46 g; Tłuszcz: 74.81 g; Kw. tł. nasy.: 17.93 g; Węglowodany ogółem: 308.71 g; W tym cukry: 57.63 g; Błonnik pok.: 33.70 g; Sól: 6.19 g;		Wartość energetyczna: 2242.82 kcal; Białko ogółem: 75.42 g; Tłuszcz: 51.32 g; Kw. tł. nasy.: 13.67 g; Węglowodany ogółem: 388.93 g; W tym cukry: 102.93 g; Błonnik pok.: 21.10 g; Sól: 7.09 g;	Wartość energetyczna: 1977.06 kcal; Białko ogółem: 86.08 g; Tłuszcz: 65.32 g; Kw. tł. nasy.: 16.22 g; Węglowodany ogółem: 272.41 g; W tym cukry: 47.61 g; Błonnik pok.: 34.07 g; Sól: 7.80 g;	Wartość energetyczna: 2562.91 kcal; Białko ogółem: 82.59 g; Tłuszcz: 78.20 g; Kw. tł. nasy.: 21.14 g; Węglowodany ogółem: 407.51 g; W tym cukry: 111.13 g; Błonnik pok.: 25.93 g; Sól: 7.43 g;	
Sód: 2414,1 mg		Sód: 2765,1 mg	Sód: 3042 mg	Sód: 2897,7 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,