

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA ŁÓDŹ

ŁÓDŹ- ZW 1 Podstawowa		ŁÓDŹ- ZW 2 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P2 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW 9 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW 6 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW 11/M Oszczędzająca
2025-04-14 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka Połędwicowa drobiowa z dodatkiem mięsa wieprzowego, białka mleka z połączonych kawałków mięsa. 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Połędwicowa drobiowa z dodatkiem mięsa wieprzowego, białka mleka z połączonych kawałków mięsa. 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	II śN	Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)			Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Zupa dyniowa z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Gulasz z ciecierzycą, pieczarkami, papryką i cukinią + 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z selera i jabłka b/c + 75 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masa serowa do makaronu b/c + 100 g (<u>MLE.</u>) Prażone jabłka + 100 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masa serowa do makaronu b/c + 200 g (<u>MLE.</u>) Prażone jabłka + 100 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa fasolowa z kielbasą + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masa serowa do makaronu b/c + 100 g (<u>MLE.</u>) Prażone jabłka + 100 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masa serowa do makaronu b/c + 100 g (<u>MLE.</u>) Prażone jabłka + 100 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Banan 1szt. 1 szt			Mandarynka 1 szt	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 80 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pasta warzywna + 80 g (<u>SEL.</u>)
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)			Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g (<u>SOJ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałata zielona 5 g	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)
	Wartość energetyczna: 2494.60 kcal; Białko ogółem: 72.41 g; Tłuszcz: 64.27 g; Kw. tł. nasy.: 25.32 g; Węglowodany ogółem: 416.54 g; W tym cukry: 77.39 g; Błonnik pok.: 33.35 g; Sól: 13.75 g;	Wartość energetyczna: 2292.21 kcal; Białko ogółem: 81.88 g; Tłuszcz: 60.24 g; Kw. tł. nasy.: 27.03 g; Węglowodany ogółem: 361.18 g; W tym cukry: 84.77 g; Błonnik pok.: 18.97 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 2576.21 kcal; Białko ogółem: 87.48 g; Tłuszcz: 63.34 g; Kw. tł. nasy.: 28.18 g; Węglowodany ogółem: 422.18 g; W tym cukry: 128.57 g; Błonnik pok.: 22.77 g; Sól: 8.20 g;	Wartość energetyczna: 2759.66 kcal; Białko ogółem: 109.03 g; Tłuszcz: 71.92 g; Kw. tł. nasy.: 32.14 g; Węglowodany ogółem: 427.45 g; W tym cukry: 132.10 g; Błonnik pok.: 22.77 g; Sól: 9.20 g;	Wartość energetyczna: 2301.21 kcal; Białko ogółem: 97.98 g; Tłuszcz: 68.55 g; Kw. tł. nasy.: 29.29 g; Węglowodany ogółem: 339.40 g; W tym cukry: 37.86 g; Błonnik pok.: 44.24 g; Sól: 12.48 g;	Wartość energetyczna: 2417.34 kcal; Białko ogółem: 84.60 g; Tłuszcz: 64.09 g; Kw. tł. nasy.: 26.82 g; Węglowodany ogółem: 385.21 g; W tym cukry: 100.79 g; Błonnik pok.: 24.14 g; Sól: 9.91 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA ŁÓDŹ

ŁÓDŹ- ZW 1 Podstawowa		ŁÓDŹ- ZW 2 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P2 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW 9 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW 6 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW 11/M Oszczędzająca
2025-04-15 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem + 80 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g		Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem + 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem + 80 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem + 80 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	II ŚN					Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
	Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Roladka wieprzowa z warzywami pieczona + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sos koperkowy dieta + 70 g (<u>MLE, SEL,</u>) Buraki tarte na ciepło + 75 g Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Roladka wieprzowa z warzywami pieczona + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sos koperkowy dieta + 70 g (<u>MLE, SEL,</u>) Buraki tarte na ciepło + 75 g Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Roladka wieprzowa z warzywami pieczona + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sos koperkowy dieta + 70 g (<u>MLE, SEL,</u>) Buraki tarte na ciepło + 75 g Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Roladka wieprzowa z warzywami pieczona + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sos cygański + 70 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 75 g Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Roladka wieprzowa z warzywami pieczona + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sos koperkowy dieta + 70 g (<u>MLE, SEL,</u>) Buraki tarte na ciepło + 75 g Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD		Biskopity b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 15 g	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ,</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ,</u>) Miód 25 g
PN		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt				Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt
					Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 5 g Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u>)	
Wartość energetyczna: 2827.01 kcal; Białko ogółem: 91.22 g; Tłuszcz: 79.08 g; Kw. tł. nasy.: 31.99 g; Węglowodany ogółem: 447.52 g; W tym cukry: 106.30 g; Błonnik pok.: 32.51 g; Sól: 12.80 g;		Wartość energetyczna: 2491.50 kcal; Białko ogółem: 86.36 g; Tłuszcz: 62.94 g; Kw. tł. nasy.: 26.74 g; Węglowodany ogółem: 404.06 g; W tym cukry: 106.44 g; Błonnik pok.: 23.21 g; Sól: 10.07 g;	Wartość energetyczna: 2608.50 kcal; Białko ogółem: 88.79 g; Tłuszcz: 65.07 g; Kw. tł. nasy.: 26.74 g; Węglowodany ogółem: 425.96 g; W tym cukry: 106.44 g; Błonnik pok.: 23.21 g; Sól: 10.07 g;	Wartość energetyczna: 2891.63 kcal; Białko ogółem: 116.02 g; Tłuszcz: 85.80 g; Kw. tł. nasy.: 36.04 g; Węglowodany ogółem: 423.91 g; W tym cukry: 107.44 g; Błonnik pok.: 25.05 g; Sól: 11.78 g;	Wartość energetyczna: 2538.30 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 81.04 g; Kw. tł. nasy.: 32.25 g; Węglowodany ogółem: 370.74 g; W tym cukry: 43.42 g; Błonnik pok.: 48.02 g; Sól: 15.94 g;	Wartość energetyczna: 2555.34 kcal; Białko ogółem: 85.42 g; Tłuszcz: 62.74 g; Kw. tł. nasy.: 26.69 g; Węglowodany ogółem: 420.73 g; W tym cukry: 105.20 g; Błonnik pok.: 21.98 g; Sól: 10.06 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA ŁÓDŹ

		ŁÓDŹ- ZW 1 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW 2 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P2 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW 9 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW 6 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW 11/M Oszczędzająca
2025-04-16 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Sałatka śledziowa z pomidorami suszonymi i żurawiną + 100 g (RYB, MLE, GOR.) Sałata zielona 10 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z miruny gotowanej z warzywami + 80 g (RYB, SEL.) Sałata zielona 10 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z miruny gotowanej z warzywami + 100 g (RYB, SEL.) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z miruny gotowanej z warzywami + 80 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	II ŚN					Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (MLE.)	
	Obiad	Zupa pieczarkowa z makaronem + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 250 g Kotlet drobiowy panierowany z udźca z kurczaka + 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z kapusty białej i czerwonej + 75 g (JAJ, GOR.) Fasolka szparagowa zielona + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa jarzynowa z makaronem + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 250 g Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 70 g Sos pietruszkowy + 70 g (SOJ, MLE.) Marchew gotowana plastry z olejem + 75 g Fasolka szparagowa zielona + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa pieczarkowa z makaronem + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 250 g Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 70 g Sos pietruszkowy + 70 g (SOJ, MLE.) Surówka z kapusty białej i czerwonej + 75 g (JAJ, GOR.) Fasolka szparagowa zielona + 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 350 g (SOJ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 250 g Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 70 g Sos pietruszkowy + 70 g (SOJ, MLE.) Marchew gotowana plastry z olejem + 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml		
	PD		Banan 1szt. 1 szt	Koktajl wieloowocowy* 200 ml (MLE.)	Jabłko 1 szt 1 szt		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 80 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Buraki gotowane słupki + 80 g	
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)				Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałata zielona 5 g Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp. z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)
		Wartość energetyczna: 2658.70 kcal; Białko ogółem: 88.95 g; Tłuszcz: 64.89 g; Kw. tł. nasy.: 24.93 g; Węglowodany ogółem: 444.37 g; W tym cukry: 62.36 g; Błonnik pok.: 35.01 g; Sól: 14.74 g;	Wartość energetyczna: 2499.48 kcal; Białko ogółem: 97.70 g; Tłuszcz: 61.05 g; Kw. tł. nasy.: 22.84 g; Węglowodany ogółem: 402.46 g; W tym cukry: 65.97 g; Błonnik pok.: 28.14 g; Sól: 11.31 g;	Wartość energetyczna: 2693.48 kcal; Białko ogółem: 99.70 g; Tłuszcz: 61.65 g; Kw. tł. nasy.: 23.08 g; Węglowodany ogółem: 449.46 g; W tym cukry: 104.37 g; Błonnik pok.: 31.54 g; Sól: 11.32 g;	Wartość energetyczna: 2678.53 kcal; Białko ogółem: 108.86 g; Tłuszcz: 65.28 g; Kw. tł. nasy.: 24.80 g; Węglowodany ogółem: 427.69 g; W tym cukry: 84.80 g; Błonnik pok.: 30.68 g; Sól: 12.16 g;	Wartość energetyczna: 2324.59 kcal; Białko ogółem: 102.67 g; Tłuszcz: 56.24 g; Kw. tł. nasy.: 23.45 g; Węglowodany ogółem: 375.23 g; W tym cukry: 47.08 g; Błonnik pok.: 46.98 g; Sól: 14.37 g;	Wartość energetyczna: 2603.52 kcal; Białko ogółem: 93.59 g; Tłuszcz: 64.10 g; Kw. tł. nasy.: 22.24 g; Węglowodany ogółem: 428.90 g; W tym cukry: 85.23 g; Błonnik pok.: 31.21 g; Sól: 12.85 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA ŁÓDŹ

		ŁÓDŹ- ZW 1 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW 2 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P2 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW 9 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW 6 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW 11/M Oszczędzająca	
2025-04-17 czwartek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser topiony 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy homogenizowany + 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g		Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy homogenizowany + 100 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy homogenizowany + 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy homogenizowany + 80 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek prażonych 150 g	
	II ŚN						Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Fasolka po bretońsku + 300 g (<u>SEL, GOR.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Sałatka szwedzka + 75 g (<u>GOR.</u>)	Zupa ryżowa z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Mięso wieprzowe z warzywami do kaszotto + 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos pomidorowy + 70 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Cukinia gotowana + 75 g	Zupa ryżowa z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Mięso wieprzowe z warzywami do kaszotto + 110 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos pomidorowy + 70 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Cukinia gotowana + 75 g	Zupa ryżowa z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Mięso wieprzowe z warzywami do kaszotto + 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Zrazik wieprzowy pieczony + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy + 70 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Cukinia gotowana + 75 g	Barszcz biały z ziemniakami + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Mięso wieprzowe z warzywami do kaszotto + 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos pomidorowy + 70 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Sałatka szwedzka + 75 g (<u>GOR.</u>)	Zupa ryżowa z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Mięso wieprzowe z warzywami do kaszotto + 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos pomidorowy + 70 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Cukinia gotowana + 75 g	
	PD			Galaretką o smaku brzoskwiowym 150 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa + 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata jarzynowa dieta + 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 5 g		Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa dieta + 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa + 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml	
PN		Banan 1szt. 1 szt				Sałata zielona 5 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 20 g (<u>SOJ.</u>)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
		Wartość energetyczna: 3308.27 kcal; Białko ogółem: 102.84 g; Tłuszcz: 102.93 g; Kw. tł. nasy.: 43.07 g; Węglowodany ogółem: 515.50 g; W tym cukry: 102.27 g; Błonnik pok.: 49.78 g; Sól: 18.16 g;	Wartość energetyczna: 2484.62 kcal; Białko ogółem: 89.91 g; Tłuszcz: 61.12 g; Kw. tł. nasy.: 27.68 g; Węglowodany ogółem: 404.42 g; W tym cukry: 104.94 g; Błonnik pok.: 26.56 g; Sól: 10.28 g;	Wartość energetyczna: 2523.19 kcal; Białko ogółem: 88.94 g; Tłuszcz: 57.44 g; Kw. tł. nasy.: 26.15 g; Węglowodany ogółem: 422.56 g; W tym cukry: 124.77 g; Błonnik pok.: 25.97 g; Sól: 10.01 g;	Wartość energetyczna: 2784.94 kcal; Białko ogółem: 115.34 g; Tłuszcz: 79.05 g; Kw. tł. nasy.: 34.40 g; Węglowodany ogółem: 413.56 g; W tym cukry: 110.09 g; Błonnik pok.: 26.67 g; Sól: 11.42 g;	Wartość energetyczna: 2514.42 kcal; Białko ogółem: 102.09 g; Tłuszcz: 83.56 g; Kw. tł. nasy.: 33.57 g; Węglowodany ogółem: 356.48 g; W tym cukry: 37.08 g; Błonnik pok.: 41.75 g; Sól: 16.91 g;	Wartość energetyczna: 2541.63 kcal; Białko ogółem: 89.42 g; Tłuszcz: 60.51 g; Kw. tł. nasy.: 27.31 g; Węglowodany ogółem: 423.68 g; W tym cukry: 137.91 g; Błonnik pok.: 24.28 g; Sól: 9.78 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA ŁÓDŹ

ŁÓDŹ- ZW 1 Podstawowa		ŁÓDŹ- ZW 2 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P2 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW 9 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW 6 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW 11/M Oszczędzająca
2025-04-18 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Sałata zielona 10 g		Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Sałata zielona 10 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2,</u>) Marchew gotowana + 60 g
	II ŚN					Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>)
	Obiad	Zupa szpinakowa z zacierką + 350 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Miruna smażona 70g + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Surówka z czerwonej kapusty b/c + 75 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (<u>SEL,</u>)	Zupa szpinakowa z zacierką + 350 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Miruna pieczona w posypce ziołowej 70g + 70 g (<u>RYB,</u>) Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Brokuł gotowany + 75 g	Zupa szpinakowa z zacierką + 350 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Miruna pieczona w posypce ziołowej 70g + 70 g (<u>RYB,</u>) Sos ziołowy (dieta) + 70 g (<u>SEL,</u>) Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (<u>SEL,</u>) Brokuł gotowany + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa szpinakowa z zacierką + 350 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Miruna pieczona w posypce ziołowej 70g + 140 g (<u>RYB,</u>) Sos ziołowy (dieta) + 70 g (<u>SEL,</u>) Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (<u>SEL,</u>) Brokuł gotowany + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa szpinakowa z zacierką + 350 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Miruna pieczona w posypce ziołowej 70g + 70 g (<u>RYB,</u>) Surówka z czerwonej kapusty b/c + 75 g (<u>MLE,</u>) Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml
	PD			Babka piaskowa 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE,</u>)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>)	Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 100 g (<u>SEL,</u>)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek różany + 40 g (<u>MLE,</u>) Mandarynka 1 szt Dżem 40 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek różany + 40 g (<u>MLE,</u>) Dżem 40 g Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek różany + 40 g (<u>MLE,</u>) Dżem 40 g Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek różany + 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek + 40 g (<u>MLE,</u>) Dżem 40 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
PN		Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt				Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 15 g
		Wartość energetyczna: 2657.70 kcal; Białko ogółem: 87.13 g; Tłuszcz: 59.55 g; Kw. tł. nasy.: 24.38 g; Węglowodany ogółem: 453.48 g; W tym cukry: 103.46 g; Błonnik pok.: 36.31 g; Sól: 12.42 g;	Wartość energetyczna: 2445.37 kcal; Białko ogółem: 89.65 g; Tłuszcz: 56.11 g; Kw. tł. nasy.: 23.61 g; Węglowodany ogółem: 402.69 g; W tym cukry: 110.60 g; Błonnik pok.: 26.76 g; Sól: 9.28 g;	Wartość energetyczna: 2686.47 kcal; Białko ogółem: 94.25 g; Tłuszcz: 71.70 g; Kw. tł. nasy.: 28.71 g; Węglowodany ogółem: 423.00 g; W tym cukry: 123.79 g; Błonnik pok.: 28.62 g; Sól: 9.80 g;	Wartość energetyczna: 2741.81 kcal; Białko ogółem: 124.46 g; Tłuszcz: 70.73 g; Kw. tł. nasy.: 29.16 g; Węglowodany ogółem: 398.78 g; W tym cukry: 111.65 g; Błonnik pok.: 27.22 g; Sól: 11.11 g;	Wartość energetyczna: 2379.10 kcal; Białko ogółem: 106.55 g; Tłuszcz: 68.97 g; Kw. tł. nasy.: 29.45 g; Węglowodany ogółem: 355.20 g; W tym cukry: 37.72 g; Błonnik pok.: 47.46 g; Sól: 13.49 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA ŁÓDŹ

ŁÓDŹ- ZW 1 Podstawowa		ŁÓDŹ- ZW 2 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P2 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW 9 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW 6 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW 11/M Oszczędzająca	
2025-04-19 sobota	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g		Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 100 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasztet z soczewicy + 50 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	II ŚN					Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Zupa wielowarzywna z ziemniakami dieta + 350 g (<u>SOJ. MLE. SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Burger z buraka z serem mozzarella 100g + 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE. GOR.</u>) Sos dyniowy + 100 g (<u>MLE.</u>) Surówka Ciesław + 150 g (<u>JAJ. MLE. GOR. SOJ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml		Zupa wielowarzywna z ziemniakami dieta + 350 g (<u>SOJ. MLE. SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Burger z buraka z serem mozzarella (dieta) + 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Sos dyniowy + 100 g (<u>MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych + 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami dieta + 350 g (<u>SOJ. MLE. SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Burger z buraka z serem mozzarella (dieta) + 160 g (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Sos dyniowy + 100 g (<u>MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych + 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami dieta + 350 g (<u>SOJ. MLE. SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Burger z buraka z serem mozzarella (dieta) + 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Sos dyniowy + 100 g (<u>MLE.</u>) Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 150 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami dieta + 350 g (<u>SOJ. MLE. SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy + 70 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos dyniowy + 100 g (<u>MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych + 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD			Wafelki 30 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z makreli wędzonej + 80 g (<u>JAJ. RYB. GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z miruny gotowanej z warzywami + 80 g (<u>RYB. SEL.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g		Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z miruny gotowanej z warzywami + 100 g (<u>RYB. SEL.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z makreli, groszku i cebuli + 80 g (<u>RYB.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ.</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE.</u>)				Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE.</u>)	
Wartość energetyczna: 2776.25 kcal; Białko ogółem: 77.33 g; Tłuszcz: 100.63 g; Kw. tł. nasy.: 30.97 g; Węglowodany ogółem: 402.93 g; W tym cukry: 66.29 g; Błonnik pok.: 34.43 g; Sól: 15.24 g;		Wartość energetyczna: 2325.30 kcal; Białko ogółem: 83.30 g; Tłuszcz: 68.10 g; Kw. tł. nasy.: 26.11 g; Węglowodany ogółem: 355.58 g; W tym cukry: 72.54 g; Błonnik pok.: 25.57 g; Sól: 10.20 g;		Wartość energetyczna: 2487.30 kcal; Białko ogółem: 84.86 g; Tłuszcz: 77.40 g; Kw. tł. nasy.: 31.81 g; Węglowodany ogółem: 373.58 g; W tym cukry: 72.54 g; Błonnik pok.: 25.57 g; Sól: 10.34 g;		Wartość energetyczna: 2583.82 kcal; Białko ogółem: 99.30 g; Tłuszcz: 81.85 g; Kw. tł. nasy.: 29.84 g; Węglowodany ogółem: 373.12 g; W tym cukry: 80.78 g; Błonnik pok.: 26.80 g; Sól: 11.18 g;	
Wartość energetyczna: 2641.43 kcal; Białko ogółem: 91.90 g; Tłuszcz: 88.62 g; Kw. tł. nasy.: 28.55 g; Węglowodany ogółem: 388.67 g; W tym cukry: 55.38 g; Błonnik pok.: 46.34 g; Sól: 13.15 g;						Wartość energetyczna: 2358.80 kcal; Białko ogółem: 87.36 g; Tłuszcz: 61.97 g; Kw. tł. nasy.: 25.56 g; Węglowodany ogółem: 375.41 g; W tym cukry: 97.89 g; Błonnik pok.: 24.64 g; Sól: 12.05 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA ŁÓDŹ

		ŁÓDŹ- ZW 1 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW 2 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P2 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW 9 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW 6 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW 11/M Oszczędzająca	
2025-04-20 niedziela	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g Chrzan 20 g (<u>MLE, S02.</u>) Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 5 g Pomidor 80 g Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.</u>)		Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 5 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Chrzan 20 g (<u>MLE, S02.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g	
	II ŚN						Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Żurek z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Kotlet schabowy panierowany + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kapusta zasmażana + 75 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Buraki tarte na ciepło + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Schab gotowany + 70 g Sos własny dieta + 70 g (<u>SOJ.</u>) Buraki tarte na ciepło + 75 g Szpinak gotowany z olejem + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml		Zupa ziemniaczana + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Schab gotowany + 140 g Sos własny dieta + 70 g (<u>SOJ.</u>) Buraki tarte na ciepło + 75 g Szpinak gotowany z olejem + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Żurek z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Schab gotowany + 70 g Sos własny dieta + 70 g (<u>SOJ.</u>) Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 75 g Buraki tarte na ciepło + 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Schab gotowany + 70 g Sos własny dieta + 70 g (<u>SOJ.</u>) Buraki tarte na ciepło + 75 g Szpinak gotowany z olejem + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	
	PD			Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml	Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Sałata zielona 5 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany + 30 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml	
PN	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt					Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 5 g	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2763.29 kcal; Białko ogółem: 89.52 g; Tłuszcz: 81.02 g; Kw. tł. nasy.: 30.80 g; Węglowodany ogółem: 431.37 g; W tym cukry: 94.75 g; Błonnik pok.: 30.80 g; Sól: 13.38 g;	Wartość energetyczna: 2496.96 kcal; Białko ogółem: 89.88 g; Tłuszcz: 67.22 g; Kw. tł. nasy.: 25.17 g; Węglowodany ogółem: 392.16 g; W tym cukry: 97.46 g; Błonnik pok.: 24.10 g; Sól: 10.33 g;	Wartość energetyczna: 2611.06 kcal; Białko ogółem: 89.92 g; Tłuszcz: 67.22 g; Kw. tł. nasy.: 25.17 g; Węglowodany ogółem: 420.68 g; W tym cukry: 120.18 g; Błonnik pok.: 24.12 g; Sól: 10.37 g;	Wartość energetyczna: 2721.06 kcal; Białko ogółem: 121.89 g; Tłuszcz: 75.20 g; Kw. tł. nasy.: 28.08 g; Węglowodany ogółem: 398.47 g; W tym cukry: 101.66 g; Błonnik pok.: 24.12 g; Sól: 11.96 g;	Wartość energetyczna: 2510.80 kcal; Białko ogółem: 110.37 g; Tłuszcz: 83.69 g; Kw. tł. nasy.: 31.61 g; Węglowodany ogółem: 346.07 g; W tym cukry: 31.52 g; Błonnik pok.: 38.80 g; Sól: 13.10 g;	Wartość energetyczna: 2360.17 kcal; Białko ogółem: 88.42 g; Tłuszcz: 54.79 g; Kw. tł. nasy.: 20.55 g; Węglowodany ogółem: 387.38 g; W tym cukry: 80.48 g; Błonnik pok.: 24.81 g; Sól: 11.30 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA ŁÓDŹ

		ŁÓDŹ- ZW 1 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW 2 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P2 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW 9 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW 6 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW 11/M Oszczędzająca	
2025-04-21 poniedziałek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem + 80 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 5 g Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem + 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem + 100 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem + 80 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 5 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Marchew gotowana + 80 g		
	II ŚN						Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
	Obiad	Rosół + 280 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Makaron nitka 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Udko z kurczaka pieczone + 150 g (<u>SOJ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 75 g Brokuł gotowany + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Rosół + 280 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Makaron nitka 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Udko z kurczaka gotowane + 150 g (<u>SOJ.</u>) Brokuł gotowany + 75 g Fasolka szparagowa żółta + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Rosół + 280 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Makaron nitka 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Udko z kurczaka gotowane + 300 g (<u>SOJ.</u>) Brokuł gotowany + 75 g Fasolka szparagowa żółta + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Rosół + 280 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Makaron nitka 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Udko z kurczaka pieczone + 150 g (<u>SOJ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 75 g Brokuł gotowany + 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Rosół + 280 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Makaron nitka 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Udko z kurczaka gotowane + 150 g (<u>SOJ.</u>) Brokuł gotowany + 75 g Dynia pieczona + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml		
	PD		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Polędwica Sopotcka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Sałatka jarzynowa + 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Polędwica Sopotcka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Polędwica Sopotcka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Sałatka jarzynowa + 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Polędwica Sopotcka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Sałatka jarzynowa dieta + 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Polędwica Sopotcka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml		
PN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt					Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 20 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 5 g	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 3121.16 kcal; Białko ogółem: 133.58 g; Tłuszcz: 87.11 g; Kw. tł. nasy.: 31.02 g; Węglowodany ogółem: 467.75 g; W tym cukry: 63.29 g; Błonnik pok.: 39.88 g; Sól: 14.58 g;	Wartość energetyczna: 2809.77 kcal; Białko ogółem: 132.75 g; Tłuszcz: 71.42 g; Kw. tł. nasy.: 29.66 g; Węglowodany ogółem: 420.79 g; W tym cukry: 64.87 g; Błonnik pok.: 27.35 g; Sól: 11.04 g;	Wartość energetyczna: 2923.87 kcal; Białko ogółem: 132.79 g; Tłuszcz: 71.42 g; Kw. tł. nasy.: 29.66 g; Węglowodany ogółem: 449.31 g; W tym cukry: 87.59 g; Błonnik pok.: 27.37 g; Sól: 11.08 g;	Wartość energetyczna: 3307.70 kcal; Białko ogółem: 171.01 g; Tłuszcz: 103.46 g; Kw. tł. nasy.: 36.98 g; Węglowodany ogółem: 435.35 g; W tym cukry: 68.86 g; Błonnik pok.: 27.58 g; Sól: 12.94 g;	Wartość energetyczna: 2632.24 kcal; Białko ogółem: 146.51 g; Tłuszcz: 75.21 g; Kw. tł. nasy.: 28.46 g; Węglowodany ogółem: 363.67 g; W tym cukry: 23.69 g; Błonnik pok.: 49.13 g; Sól: 13.08 g;	Wartość energetyczna: 2648.34 kcal; Białko ogółem: 122.63 g; Tłuszcz: 64.61 g; Kw. tł. nasy.: 26.62 g; Węglowodany ogółem: 407.39 g; W tym cukry: 87.56 g; Błonnik pok.: 26.28 g; Sól: 11.56 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA ŁÓDŹ

ŁÓDŹ- ZW 1 Podstawowa		ŁÓDŹ- ZW 2 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P2 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW 9 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW 6 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW 11/M Oszczędzająca	
2025-04-22 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Paszтет wołowo-drobiowy + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 5 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 10 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 80 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Paszтет wołowo-drobiowy + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 5 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ,</u>) Bukiet jarzyn gotowany + 80 g (<u>SEL,</u>)	
	II ŚN					Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)	
	Obiad	Zupa koperkowa z ryżem + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Gulasz wieprzowy z warzywami + 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 75 g Kalafor gotowany + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa koperkowa z ryżem + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Gulasz wieprzowy z warzywami + 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Marchew talarki gotowane + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Kalafor gotowany + 75 g	Zupa koperkowa z ryżem + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Gulasz wieprzowy z warzywami + 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Marchew talarki gotowane + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Kalafor gotowany + 75 g	Zupa koperkowa z ryżem + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Gulasz wieprzowy z warzywami + 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Kalafor gotowany + 75 g	Zupa koperkowa z ryżem + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Gulasz wieprzowy z warzywami + 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Marchew talarki gotowane + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Kalafor gotowany + 75 g	
	PD		Babka piaskowa 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE,</u>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ,</u>) Bukiet jarzyn gotowany + 80 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (<u>SOJ,</u>) Bukiet jarzyn gotowany + 80 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ,</u>) Bukiet jarzyn gotowany + 80 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
PN	Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE,</u>)				Pomidor 15 g Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE,</u>)	Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE,</u>)	
	Wartość energetyczna: 2572.25 kcal; Białko ogółem: 91.20 g; Tłuszcz: 59.46 g; Kw. tł. nasy.: 24.43 g; Węglowodany ogółem: 432.73 g; W tym cukry: 73.82 g; Błonnik pok.: 35.70 g; Sól: 14.88 g;	Wartość energetyczna: 2396.70 kcal; Białko ogółem: 84.76 g; Tłuszcz: 60.30 g; Kw. tł. nasy.: 25.56 g; Węglowodany ogółem: 390.76 g; W tym cukry: 77.39 g; Błonnik pok.: 27.43 g; Sól: 11.80 g;	Wartość energetyczna: 2639.10 kcal; Białko ogółem: 88.72 g; Tłuszcz: 73.50 g; Kw. tł. nasy.: 29.88 g; Węglowodany ogółem: 417.16 g; W tym cukry: 99.83 g; Błonnik pok.: 28.51 g; Sól: 11.86 g;	Wartość energetyczna: 2581.01 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 70.63 g; Kw. tł. nasy.: 28.77 g; Węglowodany ogółem: 399.67 g; W tym cukry: 82.19 g; Błonnik pok.: 27.94 g; Sól: 13.18 g;	Wartość energetyczna: 2398.06 kcal; Białko ogółem: 102.32 g; Tłuszcz: 70.01 g; Kw. tł. nasy.: 29.65 g; Węglowodany ogółem: 363.51 g; W tym cukry: 26.79 g; Błonnik pok.: 45.45 g; Sól: 16.90 g;	Wartość energetyczna: 2468.46 kcal; Białko ogółem: 85.07 g; Tłuszcz: 60.86 g; Kw. tł. nasy.: 25.61 g; Węglowodany ogółem: 408.33 g; W tym cukry: 91.74 g; Błonnik pok.: 30.14 g; Sól: 11.81 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA ŁÓDŹ

		ŁÓDŹ- ZW 1 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW 2 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P2 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW 9 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW 6 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW 11/M Oszczędzająca
2025-04-23 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 80 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek twarogowy homogenizowany + 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	II ŚN					Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	
	Obiad	Zupa grysikowa + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy (dieta) + 100 g (<u>SEL</u>) Ogórek kiszony z cebulką + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Cukinia gotowana + 75 g	Zupa grysikowa + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy (dieta) + 100 g (<u>SEL</u>) Cukinia gotowana + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (<u>SEL</u>)	Zupa grysikowa + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy (dieta) + 70 g (<u>SEL</u>) Cukinia gotowana + 75 g Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa grysikowa + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 140 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy (dieta) + 70 g (<u>SEL</u>) Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (<u>SEL</u>) Cukinia gotowana + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa grysikowa + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy (dieta) + 70 g (<u>SEL</u>) Ogórek kiszony z cebulką + 75 g Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Zupa grysikowa + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy (dieta) + 100 g (<u>SEL</u>) Cukinia gotowana + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (<u>SEL</u>)
	PD			Jogurt brzoskwiowy 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE</u>)	Surówka z czerwonej kapusty b/c + 100 g (<u>MLE</u>)	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 80 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 80 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (<u>SOJ</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (<u>SOJ</u>) Dżem 50 g
	PN		Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)			Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</u>) Sałata zielona 5 g	Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)
		Wartość energetyczna: 2734.45 kcal; Białko ogółem: 93.65 g; Tłuszcz: 64.03 g; Kw. tł. nasy.: 25.85 g; Węglowodany ogółem: 460.80 g; W tym cukry: 78.59 g; Błonnik pok.: 35.63 g; Sól: 15.81 g;	Wartość energetyczna: 2436.68 kcal; Białko ogółem: 87.92 g; Tłuszcz: 51.64 g; Kw. tł. nasy.: 22.84 g; Węglowodany ogółem: 417.49 g; W tym cukry: 83.58 g; Błonnik pok.: 26.10 g; Sól: 10.56 g;	Wartość energetyczna: 2501.79 kcal; Białko ogółem: 90.45 g; Tłuszcz: 53.11 g; Kw. tł. nasy.: 24.11 g; Węglowodany ogółem: 427.74 g; W tym cukry: 95.18 g; Błonnik pok.: 25.76 g; Sól: 10.47 g;	Wartość energetyczna: 2746.24 kcal; Białko ogółem: 113.42 g; Tłuszcz: 67.04 g; Kw. tł. nasy.: 31.07 g; Węglowodany ogółem: 435.95 g; W tym cukry: 84.91 g; Błonnik pok.: 27.57 g; Sól: 12.46 g;	Wartość energetyczna: 2282.40 kcal; Białko ogółem: 96.37 g; Tłuszcz: 56.60 g; Kw. tł. nasy.: 24.46 g; Węglowodany ogółem: 370.62 g; W tym cukry: 44.95 g; Błonnik pok.: 47.71 g; Sól: 16.02 g;	Wartość energetyczna: 2494.51 kcal; Białko ogółem: 87.11 g; Tłuszcz: 51.54 g; Kw. tł. nasy.: 22.80 g; Węglowodany ogółem: 432.44 g; W tym cukry: 99.51 g; Błonnik pok.: 25.27 g; Sól: 10.54 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA ŁÓDŹ

ŁÓDŹ- ZW 1 Podstawowa		ŁÓDŹ- ZW 2 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P2 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW 9 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW 6 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW 11/M Oszczędzająca	
2025-04-24 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Pomidor 80 g Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Sałata zielona 5 g		Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło pszenne długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Pomidor 80 g Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Sałatka z ryżu - meksykańska z fasolą + 80 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR) Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Bukiet jarzyn gotowany + 80 g (SEL) Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE)	
	II ŚN					Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g (SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Surówka wielowarzywna z olejem b/c + 75 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 300 ml Brokuł gotowany + 75 g	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g (SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Brokuł gotowany + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Marchew talarki gotowane + 75 g	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g (SEL) Pulpet wieprzowy + 70 g (GLU PSZ, JAJ) Brokuł gotowany + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Marchew talarki gotowane + 75 g	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g (SEL) Surówka wielowarzywna z olejem b/c + 75 g (SEL) Brokuł gotowany + 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g (SEL) Brokuł gotowany + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Marchew talarki gotowane + 75 g	
	PD		Banan 1szt. 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Jabłko 1 szt 1 szt		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 60 g (SOJ) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 60 g (SOJ) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 80 g (SOJ) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 60 g (SOJ) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 60 g (SOJ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g				Ogórek kiszony 15 g Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
		Wartość energetyczna: 2639.40 kcal; Białko ogółem: 90.27 g; Tłuszcz: 68.18 g; Kw. tł. nasy.: 23.76 g; Węglowodany ogółem: 430.45 g; W tym cukry: 62.24 g; Błonnik pok.: 32.99 g; Sól: 15.14 g;	Wartość energetyczna: 2283.12 kcal; Białko ogółem: 86.08 g; Tłuszcz: 54.91 g; Kw. tł. nasy.: 22.45 g; Węglowodany ogółem: 373.35 g; W tym cukry: 67.57 g; Błonnik pok.: 21.99 g; Sól: 10.62 g;	Wartość energetyczna: 2477.12 kcal; Białko ogółem: 88.08 g; Tłuszcz: 55.51 g; Kw. tł. nasy.: 22.69 g; Węglowodany ogółem: 420.35 g; W tym cukry: 105.97 g; Błonnik pok.: 25.39 g; Sól: 10.63 g;	Wartość energetyczna: 2549.82 kcal; Białko ogółem: 109.27 g; Tłuszcz: 70.16 g; Kw. tł. nasy.: 28.29 g; Węglowodany ogółem: 383.30 g; W tym cukry: 71.81 g; Błonnik pok.: 22.12 g; Sól: 12.31 g;	Wartość energetyczna: 2500.34 kcal; Białko ogółem: 100.48 g; Tłuszcz: 77.07 g; Kw. tł. nasy.: 26.36 g; Węglowodany ogółem: 369.27 g; W tym cukry: 51.07 g; Błonnik pok.: 48.07 g; Sól: 14.63 g;	Wartość energetyczna: 2415.27 kcal; Białko ogółem: 85.23 g; Tłuszcz: 55.31 g; Kw. tł. nasy.: 22.46 g; Węglowodany ogółem: 408.98 g; W tym cukry: 106.84 g; Błonnik pok.: 26.57 g; Sól: 11.13 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA ŁÓDŹ

		ŁÓDŹ- ZW 1 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW 2 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P2 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW 9 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW 6 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW 11/M Oszczędzająca
2025-04-25 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszaný pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek twarogowy homogenizowany + 40 g (<u>MLE,</u>) Dżem 40 g Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek twarogowy homogenizowany + 40 g (<u>MLE,</u>) Dżem 40 g Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g		Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek twarogowy homogenizowany + 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek twarogowy homogenizowany + 80 g (<u>MLE,</u>) Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Sałata zielona 5 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek twarogowy homogenizowany + 40 g (<u>MLE,</u>) Dżem 40 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	II ŚN					Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>)	
	Obiad	Zupa kalafiorowa z ryżem + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Kotlet z morskczuka 70g + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ,</u>) Surówka z kapusty kiszanej z olejem b/c + 75 g Warzywa po grecku + 75 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Pulpet z morskczuka + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Warzywa po grecku + 75 g (<u>SEL,</u>) Cukinia gotowana + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Pulpet z morskczuka + 140 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Warzywa po grecku + 75 g (<u>SEL,</u>) Cukinia gotowana + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa kalafiorowa z ryżem + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Pulpet z morskczuka + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Surówka z kapusty kiszanej z olejem b/c + 75 g Warzywa po grecku + 75 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Pulpet z morskczuka + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Warzywa po grecku + 75 g (<u>SEL,</u>) Cukinia gotowana + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	
	PD			Ciasto drożdżowe 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (<u>SOJ,</u>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszaný pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Zielona pasta jajeczna + 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Zielona pasta jajeczna + 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Zielona pasta jajeczna + 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Zielona pasta jajeczna + 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Zielona pasta jajeczna + 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ,</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt				Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 15 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2671.53 kcal; Białko ogółem: 88.50 g; Tłuszcz: 63.58 g; Kw. tł. nasy.: 25.24 g; Węglowodany ogółem: 449.28 g; W tym cukry: 85.72 g; Błonnik pok.: 34.55 g; Sól: 15.38 g;	Wartość energetyczna: 2396.04 kcal; Białko ogółem: 87.77 g; Tłuszcz: 53.41 g; Kw. tł. nasy.: 23.60 g; Węglowodany ogółem: 400.66 g; W tym cukry: 90.54 g; Błonnik pok.: 22.68 g; Sól: 10.85 g;	Wartość energetyczna: 2618.74 kcal; Białko ogółem: 94.37 g; Tłuszcz: 61.81 g; Kw. tł. nasy.: 25.22 g; Węglowodany ogółem: 430.09 g; W tym cukry: 80.36 g; Błonnik pok.: 24.06 g; Sól: 11.41 g;	Wartość energetyczna: 2676.14 kcal; Białko ogółem: 123.21 g; Tłuszcz: 66.59 g; Kw. tł. nasy.: 29.78 g; Węglowodany ogółem: 405.98 g; W tym cukry: 78.53 g; Błonnik pok.: 24.30 g; Sól: 12.89 g;	Wartość energetyczna: 2418.90 kcal; Białko ogółem: 106.12 g; Tłuszcz: 72.37 g; Kw. tł. nasy.: 31.97 g; Węglowodany ogółem: 354.59 g; W tym cukry: 37.84 g; Błonnik pok.: 42.89 g; Sól: 12.69 g;	Wartość energetyczna: 2441.70 kcal; Białko ogółem: 84.57 g; Tłuszcz: 46.16 g; Kw. tł. nasy.: 20.33 g; Węglowodany ogółem: 431.46 g; W tym cukry: 112.12 g; Błonnik pok.: 22.27 g; Sól: 11.72 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA ŁÓDŹ

		ŁÓDŹ- ZW 1 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW 2 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P2 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW 9 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW 6 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW 11/M Oszczędzająca	
2025-04-26 sobota	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny + 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Sałata zielona 10 g		Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 80 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany + 80 g (<u>SEL.</u>)	
	II śN						Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Potrawka z kurczaka + 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Surówka z kapusty białej i czerwonej + 75 g (<u>JAJ, GOR.</u>)	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Potrawka z kurczaka + 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraki tarte na ciepło + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Kalaflor gotowany + 75 g		Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Potrawka z kurczaka + 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 70 g Buraki tarte na ciepło + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Kalaflor gotowany + 75 g	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Potrawka z kurczaka + 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Surówka z kapusty białej i czerwonej + 75 g (<u>JAJ, GOR.</u>)	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Potrawka z kurczaka + 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraki tarte na ciepło + 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	
	PD			Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr. wędz, parz w osłonce niejadalnej) 80 g (<u>SOJ.</u>) Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr. wędz, parz w osłonce niejadalnej) 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr. wędz, parz w osłonce niejadalnej) 120 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE.</u>)					Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałata zielona 5 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE.</u>)
			Wartość energetyczna: 2594.05 kcal; Białko ogółem: 81.39 g; Tłuszcz: 79.26 g; Kw. tł. nasy.: 28.31 g; Węglowodany ogółem: 401.19 g; W tym cukry: 68.00 g; Błonnik pok.: 38.09 g; Sól: 15.59 g;	Wartość energetyczna: 2091.90 kcal; Białko ogółem: 83.08 g; Tłuszcz: 55.24 g; Kw. tł. nasy.: 23.22 g; Węglowodany ogółem: 329.50 g; W tym cukry: 64.19 g; Błonnik pok.: 25.06 g; Sól: 12.00 g;	Wartość energetyczna: 2315.52 kcal; Białko ogółem: 84.51 g; Tłuszcz: 69.25 g; Kw. tł. nasy.: 27.81 g; Węglowodany ogółem: 349.35 g; W tym cukry: 84.27 g; Błonnik pok.: 25.14 g; Sól: 12.22 g;	Wartość energetyczna: 2593.03 kcal; Białko ogółem: 124.32 g; Tłuszcz: 88.48 g; Kw. tł. nasy.: 31.83 g; Węglowodany ogółem: 336.42 g; W tym cukry: 64.34 g; Błonnik pok.: 25.20 g; Sól: 14.27 g;	Wartość energetyczna: 2318.12 kcal; Białko ogółem: 97.97 g; Tłuszcz: 61.88 g; Kw. tł. nasy.: 24.82 g; Węglowodany ogółem: 363.55 g; W tym cukry: 49.35 g; Błonnik pok.: 44.48 g; Sól: 16.48 g;	Wartość energetyczna: 2228.29 kcal; Białko ogółem: 82.82 g; Tłuszcz: 59.21 g; Kw. tł. nasy.: 23.48 g; Węglowodany ogółem: 356.54 g; W tym cukry: 84.97 g; Błonnik pok.: 28.95 g; Sól: 12.49 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA ŁÓDŹ

ŁÓDŹ- ZW 1 Podstawowa		ŁÓDŹ- ZW 2 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P2 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW 9 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW 6 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW 11/M Oszczędzająca	
2025-04-27 niedziela	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z kolorową papryką + 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek + 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek + 100 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z kolorową papryką + 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	II ŚN					Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 70 g Sos własny dieta + 70 g (<u>SOJ.</u>) Surówka z rzepy białej i jabłka b/c + 75 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Szpinak gotowany z olejem + 75 g	Zupa ziemniaczana a'la solferino + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 70 g Sos własny dieta + 70 g (<u>SOJ.</u>) Marchew gotowana plastry z olejem + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Szpinak gotowany z olejem + 75 g	Zupa ziemniaczana a'la solferino + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 140 g Sos własny dieta + 70 g (<u>SOJ.</u>) Marchew gotowana plastry z olejem + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Szpinak gotowany z olejem + 75 g	Zupa grochowa z ziemniakami + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 70 g Sos własny dieta + 70 g (<u>SOJ.</u>) Surówka z rzepy białej i jabłka b/c + 75 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 75 g	Zupa ziemniaczana a'la solferino + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 70 g Sos własny dieta + 70 g (<u>SOJ.</u>) Marchew gotowana plastry z olejem + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Szpinak gotowany z olejem + 75 g	
	PD	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 80 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml	
	PN	Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.</u>)				Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 15 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2593.76 kcal; Białko ogółem: 95.06 g; Tłuszcz: 72.30 g; Kw. tł. nasy.: 28.79 g; Węglowodany ogółem: 403.22 g; W tym cukry: 70.87 g; Błonnik pok.: 35.59 g; Sól: 14.21 g;	Wartość energetyczna: 2390.74 kcal; Białko ogółem: 90.15 g; Tłuszcz: 72.59 g; Kw. tł. nasy.: 27.76 g; Węglowodany ogółem: 352.55 g; W tym cukry: 78.84 g; Błonnik pok.: 23.05 g; Sól: 9.64 g;	Wartość energetyczna: 2480.74 kcal; Białko ogółem: 92.95 g; Tłuszcz: 75.09 g; Kw. tł. nasy.: 28.64 g; Węglowodany ogółem: 366.55 g; W tym cukry: 84.34 g; Błonnik pok.: 23.35 g; Sól: 9.74 g;	Wartość energetyczna: 2611.66 kcal; Białko ogółem: 118.68 g; Tłuszcz: 81.18 g; Kw. tł. nasy.: 31.65 g; Węglowodany ogółem: 359.95 g; W tym cukry: 83.80 g; Błonnik pok.: 23.07 g; Sól: 10.90 g;	Wartość energetyczna: 2414.95 kcal; Białko ogółem: 106.28 g; Tłuszcz: 68.45 g; Kw. tł. nasy.: 28.79 g; Węglowodany ogółem: 361.15 g; W tym cukry: 42.97 g; Błonnik pok.: 46.70 g; Sól: 13.31 g;	Wartość energetyczna: 2391.88 kcal; Białko ogółem: 85.91 g; Tłuszcz: 63.73 g; Kw. tł. nasy.: 22.30 g; Węglowodany ogółem: 377.50 g; W tym cukry: 91.80 g; Błonnik pok.: 23.85 g; Sól: 12.60 g;	

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

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,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,