

Jadłospisy za okres od dnia 2025-08-18 do dnia 2025-08-31 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
2025-08-18 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MŁE, GLU JĘCZ.</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>MŁE.</u>) Paszтет rybny + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 5 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MŁE, GLU JĘCZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MŁE.</u>) Paszтет rybny + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sałata zielona 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MŁE, GLU JĘCZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MŁE.</u>) Paszтет rybny + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</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>MŁE.</u>) Paszтет rybny + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 5 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MŁE, GLU JĘCZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MŁE.</u>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Pasta warzywna + 80 g (<u>SEL.</u>)
	II ŚN					Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Zupa brokułowa z ryżem + 350 g (<u>SOJ, MŁE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Kotlet z jaj pieczony dieta + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MŁE.</u>) Surówka z marchwi i jabłka b/c + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Cukinia gotowana + 75 g	Zupa brokułowa z ryżem + 350 g (<u>SOJ, MŁE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Kotlet z jaj pieczony dieta + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MŁE.</u>) Marchew gotowana plastry z olejem + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Cukinia gotowana + 75 g	Zupa brokułowa z ryżem + 350 g (<u>SOJ, MŁE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Kotlet z jaj pieczony dieta + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MŁE.</u>) Marchew gotowana plastry z olejem + 75 g Cukinia gotowana + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa brokułowa z ryżem + 350 g (<u>SOJ, MŁE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Kotlet z jaj pieczony dieta + 140 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MŁE.</u>) Marchew gotowana plastry z olejem + 75 g Cukinia gotowana + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa brokułowa z ryżem + 350 g (<u>SOJ, MŁE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Kotlet z jaj pieczony dieta + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MŁE.</u>) Surówka z marchwi i jabłka b/c + 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Cukinia gotowana + 75 g	Zupa brokułowa z ryżem + 350 g (<u>SOJ, MŁE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet z kurczaka + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy dieta + 70 g (<u>MŁE, SEL.</u>) Marchew gotowana plastry z olejem + 75 g Cukinia gotowana + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD			Ciastka różne 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MŁE.</u>)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MŁE.</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>MŁE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Salata 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>MŁE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Salata 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>MŁE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MŁE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Salata 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>MŁE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Dynia pieczona + 80 g
	PN	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt				Salata zielona 5 g Szynka Połędwiczna drobiowa z dodatkiem miesa wieprzowego, białka mleka z połączonych kawałków miesa. 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MŁE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MŁE.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt
		Wartość energetyczna: 2488.76 kcal; Białko ogółem: 80.26 g; Tłuszcz: 63.08 g; Kw. tł. nasy.: 25.43 g; Węglowodany ogółem: 414.44 g; W tym cukry: 83.68 g; Błonnik pok.: 33.52 g; Sól: 12.95 g;	Wartość energetyczna: 2458.63 kcal; Białko ogółem: 82.61 g; Tłuszcz: 65.57 g; Kw. tł. nasy.: 25.36 g; Węglowodany ogółem: 396.04 g; W tym cukry: 84.13 g; Błonnik pok.: 25.69 g; Sól: 11.27 g;	Wartość energetyczna: 2529.43 kcal; Białko ogółem: 81.76 g; Tłuszcz: 77.24 g; Kw. tł. nasy.: 32.01 g; Węglowodany ogółem: 386.97 g; W tym cukry: 84.13 g; Błonnik pok.: 24.04 g; Sól: 10.57 g;	Wartość energetyczna: 2580.89 kcal; Białko ogółem: 96.44 g; Tłuszcz: 80.31 g; Kw. tł. nasy.: 29.87 g; Węglowodany ogółem: 379.04 g; W tym cukry: 88.82 g; Błonnik pok.: 24.31 g; Sól: 11.90 g;	Wartość energetyczna: 2239.81 kcal; Białko ogółem: 86.99 g; Tłuszcz: 66.37 g; Kw. tł. nasy.: 26.67 g; Węglowodany ogółem: 344.96 g; W tym cukry: 40.41 g; Błonnik pok.: 43.31 g; Sól: 12.02 g;	Wartość energetyczna: 2422.66 kcal; Białko ogółem: 81.22 g; Tłuszcz: 69.04 g; Kw. tł. nasy.: 25.72 g; Węglowodany ogółem: 382.35 g; W tym cukry: 90.81 g; Błonnik pok.: 29.06 g; Sól: 12.68 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-08-18 do dnia 2025-08-31 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
2025-08-19 wtorek	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.) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) 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.) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) 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.) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 80 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) 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.) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
	II ŚN					Sok z buraków 0,3 L produkt pasteryzowany 1 szt (SEL.)	
	Obiad	Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, MLE, SEL.) Makaron 250 g (GLU PSZ.) Bitka schabowa + 70 g Sos pieczeniowy + 100 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 75 g Brokuł gotowany + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa ziemniaczana a'la solferino + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Makaron 250 g (GLU PSZ.) Bitka schabowa + 70 g Sos własny dieta + 70 g (SOJ.) Marchew gotowana + 75 g Brokuł gotowany + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa ziemniaczana a'la solferino + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Makaron 250 g (GLU PSZ.) Bitka schabowa + 70 g Roladka wieprzowa z warzywami pieczona + 70 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos własny dieta + 70 g (SOJ.) Marchew gotowana + 75 g Brokuł gotowany + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 250 g (GLU PSZ.) Bitka schabowa + 70 g Sos pieczeniowy + 70 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 75 g Brokuł gotowany + 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana a'la solferino + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Makaron 250 g (GLU PSZ.) Bitka schabowa + 70 g Sos własny dieta + 70 g (SOJ.) Marchew gotowana + 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	
	PD			Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE.)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	
	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 piersią indyczą-wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ, SEL.) 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.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ, SEL.) 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.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 80 g (SOJ, SEL.) 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.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ, SEL.) 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.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ, SEL.) Pomidor 80 g Bukiet jarzyn gotowany + 80 g (SEL.)	
	PN		Bułka maślana 1 szt 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)			Sałata zielona 5 g Twaróg półtłusty 20 g (MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.)	Bułka maślana 1 szt 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)
		Wartość energetyczna: 2892.31 kcal; Białko ogółem: 108.78 g; Tłuszcz: 69.38 g; Kw. tł. nasy.: 27.32 g; Węglowodany ogółem: 472.56 g; W tym cukry: 68.94 g; Błonnik pok.: 32.87 g; Sól: 13.79 g;	Wartość energetyczna: 2652.36 kcal; Białko ogółem: 106.17 g; Tłuszcz: 59.54 g; Kw. tł. nasy.: 23.84 g; Węglowodany ogółem: 430.74 g; W tym cukry: 71.76 g; Błonnik pok.: 21.64 g; Sól: 10.18 g;	Wartość energetyczna: 2742.36 kcal; Białko ogółem: 107.37 g; Tłuszcz: 59.54 g; Kw. tł. nasy.: 23.84 g; Węglowodany ogółem: 450.74 g; W tym cukry: 91.76 g; Błonnik pok.: 21.64 g; Sól: 10.18 g;	Wartość energetyczna: 2945.20 kcal; Białko ogółem: 125.71 g; Tłuszcz: 74.32 g; Kw. tł. nasy.: 28.85 g; Węglowodany ogółem: 451.61 g; W tym cukry: 78.52 g; Błonnik pok.: 22.94 g; Sól: 11.76 g;	Wartość energetyczna: 2393.33 kcal; Białko ogółem: 109.55 g; Tłuszcz: 66.03 g; Kw. tł. nasy.: 26.36 g; Węglowodany ogółem: 353.71 g; W tym cukry: 45.91 g; Błonnik pok.: 45.26 g; Sól: 13.36 g;	Wartość energetyczna: 2774.40 kcal; Białko ogółem: 104.19 g; Tłuszcz: 59.33 g; Kw. tł. nasy.: 23.81 g; Węglowodany ogółem: 464.68 g; W tym cukry: 97.86 g; Błonnik pok.: 23.36 g; Sól: 11.21 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-08-18 do dnia 2025-08-31 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	
2025-08-20 środa	Śniadanie	Płatki 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>) Pasztet wieprzowy z warzywami + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 5 g Ogórek świeży 80 g	Płatki 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>) Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g		Płatki 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>) Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 80 g (<u>GLU PSZ, 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% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata zielona 5 g Ogórek świeży 80 g	Płatki 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>) Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml	
	II ŚN						Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g	
	Obiad	Zupa z soczewicą i warzywami + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet z kurczaka + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy dieta + 70 g (<u>MLE.</u>) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 75 g Kalafior gotowany + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa grysikowa + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet z kurczaka + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy dieta + 70 g (<u>MLE.</u>) Buraki tarte na ciepło + 75 g Kalafior gotowany + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa grysikowa + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet z kurczaka + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy dieta + 70 g (<u>MLE.</u>) Buraki tarte na ciepło + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Kalafior gotowany + 75 g	Zupa grysikowa + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet z kurczaka + 140 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy dieta + 70 g (<u>MLE.</u>) Buraki tarte na ciepło + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Kalafior gotowany + 75 g	Zupa z soczewicą i warzywami + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet z kurczaka + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy dieta + 70 g (<u>MLE.</u>) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Kalafior gotowany + 75 g	Zupa grysikowa + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet z kurczaka + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy dieta + 70 g (<u>MLE.</u>) Buraki tarte na ciepło + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Kalafior gotowany + 75 g	
	PD			Jabłko 1 szt 1 szt	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>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt 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 tofu i pieczonej marchewki + 80 g (<u>SOJ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt 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 tofu i pieczonej marchewki + 100 g (<u>SOJ.</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% 10 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt 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>) Serek twarogowy homogenizowany + 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)					Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pomidor 15 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 20 g (<u>SOJ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2809.22 kcal; Białko ogółem: 101.37 g; Tłuszcz: 81.89 g; Kw. tł. nasy.: 37.18 g; Węglowodany ogółem: 433.75 g; W tym cukry: 89.90 g; Błonnik pok.: 38.13 g; Sól: 13.36 g;	Wartość energetyczna: 2332.99 kcal; Białko ogółem: 82.83 g; Tłuszcz: 57.63 g; Kw. tł. nasy.: 21.75 g; Węglowodany ogółem: 382.10 g; W tym cukry: 94.98 g; Błonnik pok.: 27.69 g; Sól: 10.74 g;	Wartość energetyczna: 2407.99 kcal; Białko ogółem: 83.43 g; Tłuszcz: 58.23 g; Kw. tł. nasy.: 21.81 g; Węglowodany ogółem: 400.25 g; W tym cukry: 109.53 g; Błonnik pok.: 30.69 g; Sól: 10.75 g;	Wartość energetyczna: 2535.30 kcal; Białko ogółem: 104.54 g; Tłuszcz: 66.60 g; Kw. tł. nasy.: 24.54 g; Węglowodany ogółem: 390.90 g; W tym cukry: 99.73 g; Błonnik pok.: 28.13 g; Sól: 12.05 g;	Wartość energetyczna: 2465.36 kcal; Białko ogółem: 103.05 g; Tłuszcz: 77.42 g; Kw. tł. nasy.: 34.51 g; Węglowodany ogółem: 364.11 g; W tym cukry: 46.73 g; Błonnik pok.: 47.72 g; Sól: 13.80 g;	Wartość energetyczna: 2433.76 kcal; Białko ogółem: 87.76 g; Tłuszcz: 55.61 g; Kw. tł. nasy.: 23.22 g; Węglowodany ogółem: 405.54 g; W tym cukry: 116.09 g; Błonnik pok.: 25.12 g; Sól: 10.28 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-08-18 do dnia 2025-08-31 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	
2025-08-21 czwartek	Śniadanie	Zacierka 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>) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 80 g (<u>MLE, GOR, SO2.</u>) Pomidor 80 g 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>) Pasta twarogowa pomidorowo-selerowa + 80 g (<u>MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 10 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>) Pasta twarogowa pomidorowo-selerowa + 100 g (<u>MLE, SEL.</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>) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 80 g (<u>MLE, GOR, SO2.</u>) Pomidor 80 g 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>) Pasta twarogowa pomidorowo-selerowa + 80 g (<u>MLE, SEL.</u>) Mus z jabłek prażonych 80 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>) Sos pomidorowy + 70 g Mięso wieprzowe z warzywami do kaszotto + 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (<u>MLE, SEL.</u>) Sos pomidorowy + 70 g Mięso wieprzowe z warzywami do kaszotto + 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml		Zupa ziemniaczana + 350 g (<u>MLE, SEL.</u>) Sos pomidorowy + 70 g Mięso wieprzowe z warzywami do kaszotto + 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych + 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>) Sos pomidorowy + 100 g Mięso wieprzowe z warzywami do kaszotto + 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c + 75 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (<u>MLE, SEL.</u>) Sos pomidorowy + 70 g Pulpet wieprzowy + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ryż na sypko 200 g Marchew gotowana plastry z olejem + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	
	PD			Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 20 g (<u>SOJ, MLE.</u>)	Surówka z marchwi i selera z olejem + 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>) Połędwica Sopocka 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>) Połędwica Sopocka 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>) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 80 g (<u>SOJ, MLE.</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>) Połędwica Sopocka 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>) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Sałatka jarzynowa dieta + 100 g (<u>MLE, SEL.</u>)	
PN	Banan 1szt. 1 szt					Pomidor 15 g 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>)	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	
		Wartość energetyczna: 3013.23 kcal; Białko ogółem: 98.06 g; Tłuszcz: 97.72 g; Kw. tł. nasy.: 34.65 g; Węglowodany ogółem: 446.38 g; W tym cukry: 103.28 g; Błonnik pok.: 34.65 g; Sól: 14.87 g;	Wartość energetyczna: 2452.98 kcal; Białko ogółem: 85.07 g; Tłuszcz: 56.30 g; Kw. tł. nasy.: 26.51 g; Węglowodany ogółem: 412.34 g; W tym cukry: 105.98 g; Błonnik pok.: 28.48 g; Sól: 10.90 g;	Wartość energetyczna: 2536.98 kcal; Białko ogółem: 85.07 g; Tłuszcz: 56.30 g; Kw. tł. nasy.: 26.51 g; Węglowodany ogółem: 432.34 g; W tym cukry: 125.98 g; Błonnik pok.: 28.48 g; Sól: 10.90 g;	Wartość energetyczna: 2793.06 kcal; Białko ogółem: 111.48 g; Tłuszcz: 74.38 g; Kw. tł. nasy.: 34.67 g; Węglowodany ogółem: 430.98 g; W tym cukry: 106.71 g; Błonnik pok.: 30.58 g; Sól: 12.90 g;	Wartość energetyczna: 2747.62 kcal; Białko ogółem: 107.27 g; Tłuszcz: 110.08 g; Kw. tł. nasy.: 37.22 g; Węglowodany ogółem: 349.20 g; W tym cukry: 42.00 g; Błonnik pok.: 45.08 g; Sól: 14.93 g;	Wartość energetyczna: 2503.05 kcal; Białko ogółem: 85.89 g; Tłuszcz: 62.75 g; Kw. tł. nasy.: 26.16 g; Węglowodany ogółem: 407.91 g; W tym cukry: 107.58 g; Błonnik pok.: 22.07 g; Sól: 10.18 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-08-18 do dnia 2025-08-31 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
2025-08-22 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, 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.) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 80 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 80 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g		Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 100 g (MLE.) Sałata zielona 5 g Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek + 80 g (MLE.) Sałata zielona 5 g Jabłko 1 szt 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek + 80 g (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	II ŚN					Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE., SEL.) Ziemniaki gotowane 250 g Morszczuk smażony 70g + 70 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Mix sałat z jogurtem + 75 g (MLE.) Szpinak gotowany z olejem + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE., SEL.) Ziemniaki gotowane 250 g Morszczuk pieczony w posypce zielowej 70g + 70 g (RYB.) Szpinak gotowany z olejem + 75 g Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE., SEL.) Ziemniaki gotowane 250 g Morszczuk pieczony w posypce zielowej 70g + 70 g (RYB.) Sos grecki + 70 g (SEL.) Szpinak gotowany z olejem + 75 g Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE., SEL.) Ziemniaki gotowane 250 g Morszczuk pieczony w posypce zielowej 70g + 140 g (RYB.) Sos grecki + 70 g (SEL.) Szpinak gotowany z olejem + 75 g Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE., SEL.) Ziemniaki gotowane 250 g Morszczuk pieczony w posypce zielowej 70g + 70 g (RYB.) Szpinak gotowany z olejem + 75 g Mix sałat z jogurtem + 75 g (MLE.) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE., SEL.) Ziemniaki gotowane 250 g Morszczuk pieczony w posypce zielowej 70g + 70 g (RYB.) Szpinak gotowany z olejem + 75 g Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD			Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 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.) Pasta z jaj z natką pietruszki + 80 g (JAJ, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki + 80 g (JAJ, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki + 80 g (JAJ, MLE.) 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.) Pasta z jaj z natką pietruszki + 100 g (JAJ, MLE.) 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.) Pasta z jaj z natką pietruszki + 80 g (JAJ, MLE.) 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.) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona 60 g Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml
	PN		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE.)			Sałata zielona 5 g Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 20 g (SOJ, SEL.)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE.)
		Wartość energetyczna: 2726.38 kcal; Białko ogółem: 101.26 g; Tłuszcz: 73.90 g; Kw. tł. nasy.: 29.99 g; Węglowodany ogółem: 428.05 g; W tym cukry: 87.75 g; Błonnik pok.: 34.41 g; Sól: 12.03 g;	Wartość energetyczna: 2583.03 kcal; Białko ogółem: 100.56 g; Tłuszcz: 68.58 g; Kw. tł. nasy.: 29.08 g; Węglowodany ogółem: 404.40 g; W tym cukry: 92.45 g; Błonnik pok.: 28.48 g; Sól: 10.61 g;	Wartość energetyczna: 2549.50 kcal; Białko ogółem: 101.47 g; Tłuszcz: 70.59 g; Kw. tł. nasy.: 29.18 g; Węglowodany ogółem: 388.96 g; W tym cukry: 99.62 g; Błonnik pok.: 27.14 g; Sól: 9.52 g;	Wartość energetyczna: 2747.01 kcal; Białko ogółem: 129.01 g; Tłuszcz: 79.49 g; Kw. tł. nasy.: 32.05 g; Węglowodany ogółem: 391.19 g; W tym cukry: 102.45 g; Błonnik pok.: 27.17 g; Sól: 10.49 g;	Wartość energetyczna: 2320.05 kcal; Białko ogółem: 104.86 g; Tłuszcz: 65.33 g; Kw. tł. nasy.: 26.51 g; Węglowodany ogółem: 345.65 g; W tym cukry: 37.52 g; Błonnik pok.: 42.97 g; Sól: 11.46 g;	Wartość energetyczna: 2472.70 kcal; Białko ogółem: 102.52 g; Tłuszcz: 58.01 g; Kw. tł. nasy.: 26.94 g; Węglowodany ogółem: 397.06 g; W tym cukry: 111.39 g; Błonnik pok.: 23.97 g; Sól: 10.35 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-08-18 do dnia 2025-08-31 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
2025-08-23 sobota	Śniadanie	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.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 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% 15 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 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% 15 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 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% 15 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 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% 15 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Bukiet jarzyn gotowany + 80 g (SEL.)
	II ŚN					Surówka z marchwi z olejem b/c + 100 g	
	Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami + 350 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (GLU JĘCZ.) Wątróbka drobiowa smażona z cebulką 150 g (GLU PSZ.) Surówka Coleslaw + 75 g (JAJ, MLE, GOR, SOJ.) Buraki gotowane słupki + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (GLU JĘCZ.) Gulasz wieprzowy z warzywami + 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraki gotowane słupki + 75 g Cukinia gotowana + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (GLU JĘCZ.) Gulasz wieprzowy z warzywami + 150 g (GLU PSZ, SEL.) Szynka pieczona w plasterach + 70 g Buraki gotowane słupki + 75 g Cukinia gotowana + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa grochowa z ziemniakami + 350 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (GLU JĘCZ.) Gulasz wieprzowy z warzywami + 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z białej kapusty z marchwią + 75 g Buraki gotowane słupki + 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (GLU JĘCZ.) Gulasz wieprzowy z warzywami + 150 g (GLU PSZ, SEL.) Cukinia gotowana + 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	
	PD		Wafelki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)		
	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.) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdrob. wędzona, parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ.) Musztarda 20 g (GOR.) 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 luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 60 g (GLU PSZ, 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.) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdrob. wędz. parz w osłonce niejadalnej) 80 g (GLU PSZ.) 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.) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdrob. wędz. parz w osłonce niejadalnej) 120 g (GLU PSZ.) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 60 g (GLU PSZ, 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 luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ.) Mus z jabłek prażonych 80 g
	PN	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt				Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 20 g (MLE.) Sałata zielona 5 g	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2741.74 kcal; Białko ogółem: 97.52 g; Tłuszcz: 83.29 g; Kw. tł. nasy.: 26.88 g; Węglowodany ogółem: 416.74 g; W tym cukry: 70.69 g; Błonnik pok.: 35.35 g; Sól: 15.25 g;	Wartość energetyczna: 2091.27 kcal; Białko ogółem: 73.03 g; Tłuszcz: 50.15 g; Kw. tł. nasy.: 19.95 g; Węglowodany ogółem: 348.37 g; W tym cukry: 72.08 g; Błonnik pok.: 23.79 g; Sól: 10.78 g;	Wartość energetyczna: 2357.01 kcal; Białko ogółem: 76.82 g; Tłuszcz: 69.01 g; Kw. tł. nasy.: 29.21 g; Węglowodany ogółem: 369.01 g; W tym cukry: 72.08 g; Błonnik pok.: 23.79 g; Sól: 11.24 g;	Wartość energetyczna: 2526.21 kcal; Białko ogółem: 111.51 g; Tłuszcz: 76.05 g; Kw. tł. nasy.: 29.34 g; Węglowodany ogółem: 360.76 g; W tym cukry: 76.33 g; Błonnik pok.: 23.81 g; Sól: 13.17 g;	Wartość energetyczna: 2463.45 kcal; Białko ogółem: 102.20 g; Tłuszcz: 79.56 g; Kw. tł. nasy.: 30.42 g; Węglowodany ogółem: 357.70 g; W tym cukry: 29.47 g; Błonnik pok.: 48.88 g; Sól: 15.32 g;	Wartość energetyczna: 2155.62 kcal; Białko ogółem: 74.61 g; Tłuszcz: 50.22 g; Kw. tł. nasy.: 19.94 g; Węglowodany ogółem: 365.77 g; W tym cukry: 90.75 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sól: 11.15 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-08-18 do dnia 2025-08-31 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
2025-08-24 niedziela	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek ze słonecznikiem + 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem + 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g		Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem + 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek ze słonecznikiem + 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem + 80 g (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	II ŚN					Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Rosół + 280 ml (SOJ, SEL.) Makaron nitka 70 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane 250 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 70 g Sos jarzynowy dieta + 70 g (MLE.) Mizeria + 75 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Rosół + 280 ml (SOJ, SEL.) Makaron nitka 70 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane 250 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 70 g Sos jarzynowy dieta + 70 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (SEL.) Kalafior gotowany + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml		Rosół + 280 ml (SOJ, SEL.) Makaron nitka 80 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane 250 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 70 g Sos jarzynowy dieta + 70 g (MLE.) Mizeria + 75 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (SEL.) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Rosół + 280 ml (SOJ, SEL.) Makaron nitka 70 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane 250 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 70 g Sos jarzynowy dieta + 70 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany + 150 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml	
	PD		Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (MLE.)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Surówka z marchwi z olejem b/c + 100 g		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (SOJ, MLE.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (SOJ, MLE.) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 80 g (SOJ, MLE.) Sałata zielona 10 g	Chleb Graham 200 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (SOJ, MLE.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (SOJ, MLE.) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt				Sałata zielona 5 g Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp. z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2364.71 kcal; Białko ogółem: 103.68 g; Tłuszcz: 53.45 g; Kw. tł. nasy.: 25.44 g; Węglowodany ogółem: 380.69 g; W tym cukry: 60.64 g; Błonnik pok.: 31.35 g; Sól: 13.01 g;	Wartość energetyczna: 2166.28 kcal; Białko ogółem: 103.15 g; Tłuszcz: 50.26 g; Kw. tł. nasy.: 23.25 g; Węglowodany ogółem: 335.29 g; W tym cukry: 62.31 g; Błonnik pok.: 22.62 g; Sól: 9.81 g;	Wartość energetyczna: 2256.28 kcal; Białko ogółem: 106.75 g; Tłuszcz: 52.76 g; Kw. tł. nasy.: 24.16 g; Węglowodany ogółem: 349.29 g; W tym cukry: 67.71 g; Błonnik pok.: 23.02 g; Sól: 9.91 g;	Wartość energetyczna: 2263.36 kcal; Białko ogółem: 113.19 g; Tłuszcz: 53.93 g; Kw. tł. nasy.: 25.30 g; Węglowodany ogółem: 340.98 g; W tym cukry: 67.09 g; Błonnik pok.: 22.62 g; Sól: 10.49 g;	Wartość energetyczna: 2345.78 kcal; Białko ogółem: 113.80 g; Tłuszcz: 62.52 g; Kw. tł. nasy.: 27.00 g; Węglowodany ogółem: 353.47 g; W tym cukry: 42.49 g; Błonnik pok.: 47.15 g; Sól: 13.26 g;	Wartość energetyczna: 2342.85 kcal; Białko ogółem: 101.53 g; Tłuszcz: 50.68 g; Kw. tł. nasy.: 23.26 g; Węglowodany ogółem: 380.92 g; W tym cukry: 99.11 g; Błonnik pok.: 24.74 g; Sól: 9.79 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-08-18 do dnia 2025-08-31 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	
2025-08-25 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE₁</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE₁</u>) Paszтет wołowo-drobiowy + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL₁</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE₁</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ₁</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE₁</u>) Pasta z kurczaka i warzyw + 80 g (<u>SEL₁</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g		Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE₁</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ₁</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE₁</u>) Pasta z kurczaka i warzyw + 100 g (<u>SEL₁</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ₁</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE₁</u>) Paszтет wołowo-drobiowy + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL₁</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE₁</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ₁</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE₁</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL₁</u> , może zawierać: <u>JAJ, GOR, S02₁</u>) Bukiet jarzyn gotowany + 50 g (<u>SEL₁</u>)	
	II ŚN						Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL₁</u>) Kokosowy dhał z czerwoną soczewicą + 150 g (<u>MLE, GOR₁</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Fasolka szparagowa żółta + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL₁</u>) Sos z tofu i warzywami do risotto dieta + 150 g (<u>SOJ, MLE, SEL₁</u>) Ryż na sypko 200 g Brokuł gotowany + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml			Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL₁</u>) Kokosowy dhał z czerwoną soczewicą + 150 g (<u>MLE, GOR₁</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Fasolka szparagowa żółta + 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL₁</u>) Sos z tofu i warzywami do risotto dieta + 150 g (<u>SOJ, MLE, SEL₁</u>) Ryż na sypko 200 g Marchew gotowana plastry z olejem + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	
	PD		Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (<u>MLE₁</u>)			Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE₁</u>)		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE₁</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 60 g (<u>SOJ, SEL₁</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ₁</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE₁</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 60 g (<u>SOJ, SEL₁</u>) Sałata zielona 10 g		Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ₁</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE₁</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 80 g (<u>SOJ, SEL₁</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ₁</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE₁</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 60 g (<u>SOJ, SEL₁</u>) Słupki z marchewki + 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ₁</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE₁</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 60 g (<u>SOJ, SEL₁</u>) Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml	
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt					Masło extra 82% 5 g (<u>MLE₁</u>) Sałata zielona 5 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ₁</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE₁</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2565.08 kcal; Białko ogółem: 83.12 g; Tłuszcz: 64.22 g; Kw. tł. nasy.: 27.66 g; Węglowodany ogółem: 426.32 g; W tym cukry: 64.96 g; Błonnik pok.: 39.72 g; Sól: 14.44 g;	Wartość energetyczna: 2248.09 kcal; Białko ogółem: 78.87 g; Tłuszcz: 58.18 g; Kw. tł. nasy.: 22.54 g; Węglowodany ogółem: 363.39 g; W tym cukry: 66.67 g; Błonnik pok.: 22.98 g; Sól: 11.28 g;	Wartość energetyczna: 2399.14 kcal; Białko ogółem: 83.87 g; Tłuszcz: 61.20 g; Kw. tł. nasy.: 24.33 g; Węglowodany ogółem: 389.31 g; W tym cukry: 85.42 g; Błonnik pok.: 23.01 g; Sól: 11.45 g;	Wartość energetyczna: 2447.39 kcal; Białko ogółem: 88.83 g; Tłuszcz: 63.55 g; Kw. tł. nasy.: 24.82 g; Węglowodany ogółem: 391.34 g; W tym cukry: 85.91 g; Błonnik pok.: 23.42 g; Sól: 12.10 g;	Wartość energetyczna: 2428.88 kcal; Białko ogółem: 100.41 g; Tłuszcz: 69.76 g; Kw. tł. nasy.: 27.78 g; Węglowodany ogółem: 369.43 g; W tym cukry: 38.44 g; Błonnik pok.: 51.15 g; Sól: 11.28 g;	Wartość energetyczna: 2366.15 kcal; Białko ogółem: 77.63 g; Tłuszcz: 62.00 g; Kw. tł. nasy.: 23.38 g; Węglowodany ogółem: 392.57 g; W tym cukry: 90.35 g; Błonnik pok.: 22.95 g; Sól: 12.63 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-08-18 do dnia 2025-08-31 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	
2025-08-26 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 5 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</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>) Sałata zielona 10 g		Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</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 Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 5 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</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 Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	
	II ŚN						Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Zupa jarzynowa z makaronem + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet wołowo-wieprzowy dieta + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy + 70 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem + 75 g Buraki tarte na ciepło + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa jarzynowa z makaronem + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet wołowo-wieprzowy dieta + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy + 70 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem + 75 g Buraki tarte na ciepło + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml		Zupa jarzynowa z makaronem + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet wołowo-wieprzowy dieta + 140 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy + 70 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem + 75 g Buraki tarte na ciepło + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa jarzynowa z makaronem + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet wołowo-wieprzowy dieta + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos cygański + 70 g Surówka z kapusty białej i czerwonej + 75 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Szpinak gotowany z olejem + 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Zupa jarzynowa z makaronem + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet wołowo-wieprzowy dieta + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy + 70 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem + 75 g Buraki tarte na ciepło + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	
	PD		Biszkopity 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>) Ser żółty 20 g (<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>) Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 60 g (<u>SOJ, MLE.</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 Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 60 g (<u>SOJ, MLE.</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 Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 80 g (<u>SOJ, 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% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 60 g (<u>SOJ, MLE.</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 Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 60 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pasta warzywna + 80 g (<u>SEL.</u>)	
	PN		Arbuz 150 g			Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g Sałata zielona 5 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2594.85 kcal; Białko ogółem: 85.78 g; Tłuszcz: 70.20 g; Kw. tł. nasy.: 27.41 g; Węglowodany ogółem: 422.18 g; W tym cukry: 88.53 g; Błonnik pok.: 35.00 g; Sól: 14.39 g;	Wartość energetyczna: 2436.47 kcal; Białko ogółem: 85.79 g; Tłuszcz: 73.10 g; Kw. tł. nasy.: 28.11 g; Węglowodany ogółem: 371.98 g; W tym cukry: 88.29 g; Błonnik pok.: 25.43 g; Sól: 11.38 g;	Wartość energetyczna: 2553.47 kcal; Białko ogółem: 88.22 g; Tłuszcz: 75.23 g; Kw. tł. nasy.: 28.11 g; Węglowodany ogółem: 393.88 g; W tym cukry: 88.29 g; Błonnik pok.: 25.43 g; Sól: 11.38 g;	Wartość energetyczna: 2893.41 kcal; Białko ogółem: 117.49 g; Tłuszcz: 101.70 g; Kw. tł. nasy.: 40.37 g; Węglowodany ogółem: 391.67 g; W tym cukry: 88.49 g; Błonnik pok.: 27.19 g; Sól: 14.95 g;	Wartość energetyczna: 2370.76 kcal; Białko ogółem: 108.07 g; Tłuszcz: 79.42 g; Kw. tł. nasy.: 28.62 g; Węglowodany ogółem: 327.69 g; W tym cukry: 22.48 g; Błonnik pok.: 41.36 g; Sól: 13.77 g;	Wartość energetyczna: 2591.54 kcal; Białko ogółem: 85.34 g; Tłuszcz: 74.00 g; Kw. tł. nasy.: 26.92 g; Węglowodany ogółem: 410.96 g; W tym cukry: 111.80 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 13.44 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-08-18 do dnia 2025-08-31 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
2025-08-27 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) 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.) Ser topiony 70 g (MLE.) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 80 g Sałata zielona 5 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek różany + 80 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g		Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek różany + 100 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek + 80 g (MLE.) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 80 g Sałata zielona 5 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek + 80 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany + 80 g (SEL.)
	II ŚN					Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej + 350 g (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 70 g Sos jarzynowy dieta + 70 g (MLE.) Cukinia gotowana + 75 g Marchew gotowana plastry z olejem + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 70 g Sos jarzynowy dieta + 70 g (MLE.) Cukinia gotowana + 75 g Marchew gotowana plastry z olejem + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 140 g Sos jarzynowy dieta + 70 g (MLE.) Cukinia gotowana + 75 g Marchew gotowana plastry z olejem + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 70 g Sos pieczarkowy + 70 g (MLE.) Surówka z marchwi z olejem b/c + 75 g Cukinia gotowana + 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 70 g Sos jarzynowy dieta (bez mleka) + 70 g Cukinia gotowana + 75 g Marchew gotowana plastry z olejem + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	
	PD		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE.)	Sok pomidorowy 0,3l 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.) Paszтет rybny + 50 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) 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.) Paszтет rybny + 50 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sałata zielona 10 g		Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paszтет rybny + 50 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) 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 zielonogórska- wp. parzona 60 g (SOJ.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	PN	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)				Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 20 g (SOJ.) Pomidor 15 g Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)
		Wartość energetyczna: 2850.30 kcal; Białko ogółem: 96.24 g; Tłuszcz: 92.73 g; Kw. tł. nasy.: 38.02 g; Węglowodany ogółem: 414.49 g; W tym cukry: 66.37 g; Błonnik pok.: 33.93 g; Sól: 13.65 g;	Wartość energetyczna: 2542.50 kcal; Białko ogółem: 93.53 g; Tłuszcz: 68.05 g; Kw. tł. nasy.: 25.98 g; Węglowodany ogółem: 381.02 g; W tym cukry: 90.09 g; Błonnik pok.: 26.84 g; Sól: 8.98 g;	Wartość energetyczna: 2632.50 kcal; Białko ogółem: 94.73 g; Tłuszcz: 68.05 g; Kw. tł. nasy.: 25.98 g; Węglowodany ogółem: 401.02 g; W tym cukry: 110.09 g; Błonnik pok.: 26.84 g; Sól: 8.98 g;	Wartość energetyczna: 2796.46 kcal; Białko ogółem: 116.24 g; Tłuszcz: 77.72 g; Kw. tł. nasy.: 29.21 g; Węglowodany ogółem: 396.61 g; W tym cukry: 99.10 g; Błonnik pok.: 27.16 g; Sól: 9.75 g;	Wartość energetyczna: 2340.09 kcal; Białko ogółem: 98.93 g; Tłuszcz: 67.31 g; Kw. tł. nasy.: 26.21 g; Węglowodany ogółem: 355.84 g; W tym cukry: 41.37 g; Błonnik pok.: 45.67 g; Sól: 13.88 g;	Wartość energetyczna: 2488.24 kcal; Białko ogółem: 93.57 g; Tłuszcz: 65.23 g; Kw. tł. nasy.: 24.49 g; Węglowodany ogółem: 387.88 g; W tym cukry: 82.87 g; Błonnik pok.: 28.97 g; Sól: 10.52 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-08-18 do dnia 2025-08-31 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
2025-08-28 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, 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,) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (SOJ, MLE,) Sałatka z ryżu - meksykańska z fasolą + 80 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR,) Sałata zielona 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (SOJ, MLE,) Sałata zielona 10 g		Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Sałata zielona 10 g Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 80 g (SOJ, MLE,)	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (SOJ, MLE,) Sałatka z ryżu - meksykańska z fasolą + 80 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR,) Sałata zielona 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (SOJ, MLE,) Mus z jabłek prażonych 150 g
	II ŚN					Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,)	
	Obiad	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, SEL,) Makaron 250 g (GLU PSZ,) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g (SEL,) Kompot owocowy* z/c 300 ml Surówka z selera i jabłka b/c + 75 g (SEL,)	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, SEL,) Makaron 250 g (GLU PSZ,) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g (SEL,) Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych + 75 g Fasolka szparagowa żółta + 75 g	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, SEL,) Makaron 250 g (GLU PSZ,) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g (SEL,) Klopsik wieprzowy pieczony + 70 g (GLU PSZ, JAJ,) Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych + 75 g Fasolka szparagowa żółta + 75 g	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, SEL,) Makaron pełnoziarnisty 250 g (GLU PSZ,) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g (SEL,) Kompot owocowy* b/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych + 75 g Surówka z selera i jabłka b/c + 75 g (SEL,)	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, SEL,) Makaron pełnoziarnisty 250 g (GLU PSZ,) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g (SEL,) Kompot owocowy* b/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych + 75 g Surówka z selera i jabłka b/c + 75 g (SEL,)	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, SEL,) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g (SEL,) Makaron 250 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy* z/c 300 ml Dynia pieczona + 75 g
	PD		Mus z jabłek () z/c 100 g		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynka szkolna- wp. parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Szynka szkolna- wp. parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Masło extra 82% 5 g (MLE,)	
	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,) Twarożek + 80 g (MLE,) 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,) Twarożek + 80 g (MLE,) 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,) Twarożek + 100 g (MLE,) 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,) Twarożek + 80 g (MLE,) 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,) Twarożek + 80 g (MLE,) Bukiet jarzyn gotowany + 80 g (SEL,)	
	PN	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt				Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Baton szynkowy z kurcząt 20 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Sałata zielona 5 g	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt
		Wartość energetyczna: 2725.71 kcal; Białko ogółem: 99.26 g; Tłuszcz: 68.16 g; Kw. tł. nasy.: 25.61 g; Węglowodany ogółem: 442.37 g; W tym cukry: 87.52 g; Błonnik pok.: 35.23 g; Sól: 13.34 g;	Wartość energetyczna: 2400.10 kcal; Białko ogółem: 96.85 g; Tłuszcz: 56.37 g; Kw. tł. nasy.: 24.38 g; Węglowodany ogółem: 385.28 g; W tym cukry: 86.21 g; Błonnik pok.: 22.07 g; Sól: 9.71 g;	Wartość energetyczna: 2490.05 kcal; Białko ogółem: 97.41 g; Tłuszcz: 56.93 g; Kw. tł. nasy.: 24.94 g; Węglowodany ogółem: 407.21 g; W tym cukry: 91.20 g; Błonnik pok.: 24.87 g; Sól: 9.72 g;	Wartość energetyczna: 2771.66 kcal; Białko ogółem: 124.84 g; Tłuszcz: 77.35 g; Kw. tł. nasy.: 33.49 g; Węglowodany ogółem: 403.70 g; W tym cukry: 87.24 g; Błonnik pok.: 23.88 g; Sól: 12.02 g;	Wartość energetyczna: 2574.10 kcal; Białko ogółem: 112.42 g; Tłuszcz: 78.61 g; Kw. tł. nasy.: 29.79 g; Węglowodany ogółem: 370.41 g; W tym cukry: 42.30 g; Błonnik pok.: 49.97 g; Sól: 13.89 g;	Wartość energetyczna: 2584.76 kcal; Białko ogółem: 99.55 g; Tłuszcz: 60.31 g; Kw. tł. nasy.: 24.66 g; Węglowodany ogółem: 426.23 g; W tym cukry: 130.19 g; Błonnik pok.: 25.49 g; Sól: 10.41 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-08-18 do dnia 2025-08-31 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
2025-08-29 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, 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.) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 80 g (JAJ, MLE.) Sałata zielona 5 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 80 g (JAJ, MLE.) Sałata zielona 5 g		Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 100 g (JAJ, MLE.) Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 80 g (JAJ, MLE.) Pomidor 15 g Sałata zielona 5 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Bukiet jarzyn gotowany + 80 g (SEL.)
	II ŚN					Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	
	Obiad	Krupnik jęczmienny + 350 ml (SOJ, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki gotowane 250 g Kotlet z morschczuka 70g + 70 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Warzywa po grecku + 75 g (SEL.)	Krupnik jęczmienny + 350 ml (SOJ, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet z morschczuka + 70 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Warzywa po grecku + 75 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Brokuł gotowany + 75 g	Krupnik jęczmienny + 350 ml (SOJ, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet z morschczuka + 140 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Warzywa po grecku + 75 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Brokuł gotowany + 75 g	Krupnik jęczmienny + 350 ml (SOJ, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet z morschczuka + 70 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Warzywa po grecku + 75 g (SEL.)	Krupnik jęczmienny + 350 ml (SOJ, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet z morschczuka + 70 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Warzywa po grecku + 75 g (SEL.)	Krupnik jęczmienny + 350 ml (SOJ, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet z morschczuka + 70 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Warzywa po grecku + 75 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Brokuł gotowany + 75 g
	PD			Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE.)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 20 g	Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g	
	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.) Twarożek z cynamonem + 40 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ.) Dżem 40 g Arbuz 150 g 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.) Dżem 40 g Twarożek z cynamonem + 40 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ.) Arbuz 150 g Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 40 g Twarożek z cynamonem + 40 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ.) Sałata zielona 10 g Arbuz 150 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 40 g Twarożek z cynamonem + 100 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ.) Arbuz 150 g 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 piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 10 g Arbuz 150 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z cynamonem + 40 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ.) Dżem 40 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	PN		Babka piaskowa 60 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.)			Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 20 g (SOJ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.)	Babka piaskowa 60 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.)
		Wartość energetyczna: 2817.40 kcal; Białko ogółem: 86.77 g; Tłuszcz: 76.59 g; Kw. tł. nasy.: 27.68 g; Węglowodany ogółem: 457.21 g; W tym cukry: 118.73 g; Błonnik pok.: 32.21 g; Sól: 12.13 g;	Wartość energetyczna: 2594.49 kcal; Białko ogółem: 90.03 g; Tłuszcz: 67.64 g; Kw. tł. nasy.: 26.79 g; Węglowodany ogółem: 414.54 g; W tym cukry: 123.28 g; Błonnik pok.: 22.61 g; Sól: 8.06 g;	Wartość energetyczna: 2643.78 kcal; Białko ogółem: 92.83 g; Tłuszcz: 70.14 g; Kw. tł. nasy.: 27.67 g; Węglowodany ogółem: 418.36 g; W tym cukry: 118.61 g; Błonnik pok.: 22.91 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 2956.17 kcal; Białko ogółem: 125.25 g; Tłuszcz: 80.79 g; Kw. tł. nasy.: 32.66 g; Węglowodany ogółem: 440.85 g; W tym cukry: 128.72 g; Błonnik pok.: 24.54 g; Sól: 9.84 g;	Wartość energetyczna: 2321.17 kcal; Białko ogółem: 91.43 g; Tłuszcz: 68.83 g; Kw. tł. nasy.: 24.13 g; Węglowodany ogółem: 354.33 g; W tym cukry: 48.09 g; Błonnik pok.: 42.96 g; Sól: 12.83 g;	Wartość energetyczna: 2503.14 kcal; Białko ogółem: 87.00 g; Tłuszcz: 58.33 g; Kw. tł. nasy.: 24.37 g; Węglowodany ogółem: 417.55 g; W tym cukry: 118.48 g; Błonnik pok.: 27.29 g; Sól: 9.39 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-08-18 do dnia 2025-08-31 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
2025-08-30 sobota	Śniadanie	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 makaronowa z warzywami i szynką + 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) 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% 15 g (MLE.) Sałatka makaronowa z warzywami i szynką dieta + 100 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Sałatka makaronowa z warzywami i szynką dieta + 150 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (SOJ, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (SOJ, MLE.) Cukinia gotowana + 80 g	
	II SN					Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	
	Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 250 g Kociółek z kurczaka meksykański + 150 g (MLE.) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Surówka z marchwi i jabłka b/c + 75 g	Zupa koperkowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 250 g Potrawka z kurczaka + 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraki gotowane + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Marchew gotowana plastry z olejem + 75 g	Zupa koperkowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 250 g Potrawka z kurczaka + 150 g (GLU PSZ, SEL.) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 70 g Buraki gotowane + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Marchew gotowana plastry z olejem + 75 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 250 g Kociółek z kurczaka meksykański + 150 g (MLE.) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Surówka z marchwi i jabłka b/c + 75 g	Zupa koperkowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 250 g Potrawka z kurczaka + 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraki gotowane + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Marchew gotowana plastry z olejem + 75 g	
	PD			Banan 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 100g 1 szt (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.) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr. wędz. parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 80 g Ketchup 20 g (SEL.) 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.) Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 60 g (GLU PSZ, 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.) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr. wędz. parz w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJ.) Ketchup 20 g (SEL.) 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.) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr. wędz. parz w osłonce niejadalnej) 120 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.) Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ.) Ketchup 20 g (SEL.) 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.) Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)				Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałata zielona 5 g Ser żółty 20 g (MLE.)	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)
		Wartość energetyczna: 2666.00 kcal; Białko ogółem: 70.48 g; Tłuszcz: 79.88 g; Kw. tł. nasy.: 25.17 g; Węglowodany ogółem: 425.59 g; W tym cukry: 74.39 g; Błonnik pok.: 33.22 g; Sól: 15.09 g;	Wartość energetyczna: 2307.86 kcal; Białko ogółem: 72.24 g; Tłuszcz: 59.88 g; Kw. tł. nasy.: 19.73 g; Węglowodany ogółem: 380.12 g; W tym cukry: 70.54 g; Błonnik pok.: 25.11 g; Sól: 10.48 g;	Wartość energetyczna: 2652.25 kcal; Białko ogółem: 76.10 g; Tłuszcz: 73.63 g; Kw. tł. nasy.: 23.91 g; Węglowodany ogółem: 430.90 g; W tym cukry: 111.56 g; Błonnik pok.: 29.23 g; Sól: 11.49 g;	Wartość energetyczna: 2806.40 kcal; Białko ogółem: 102.55 g; Tłuszcz: 92.95 g; Kw. tł. nasy.: 28.74 g; Węglowodany ogółem: 399.39 g; W tym cukry: 76.09 g; Błonnik pok.: 26.05 g; Sól: 13.15 g;	Wartość energetyczna: 2457.51 kcal; Białko ogółem: 92.81 g; Tłuszcz: 71.29 g; Kw. tł. nasy.: 29.86 g; Węglowodany ogółem: 376.52 g; W tym cukry: 60.92 g; Błonnik pok.: 49.24 g; Sól: 14.37 g;	Wartość energetyczna: 2267.55 kcal; Białko ogółem: 76.47 g; Tłuszcz: 55.00 g; Kw. tł. nasy.: 20.26 g; Węglowodany ogółem: 377.88 g; W tym cukry: 82.39 g; Błonnik pok.: 26.18 g; Sól: 11.01 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-08-18 do dnia 2025-08-31 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	
2025-08-31 niedziela	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 80 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 80 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g		Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 100 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek twarogowy homogenizowany + 80 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 80 g (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	II ŚN						Salatka szwedzka + 100 g (GOR.)	
	Obiad	Zupa pieczarkowa z makaronem + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane 250 g Kotlet schabowy panierowany + 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Mizeria + 75 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Fasolka szparagowa zielona + 75 g	Zupa marchewkowa z zacierką + 350 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane 250 g Schab gotowany + 70 g Sos własny dieta + 70 g (SOJ.) Fasolka szparagowa zielona + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (SEL.)		Zupa marchewkowa z zacierką + 350 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane 250 g Schab gotowany + 140 g Sos własny dieta + 70 g (SOJ.) Fasolka szparagowa zielona + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (SEL.)	Zupa pieczarkowa z makaronem + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane 250 g Schab gotowany + 70 g Sos własny dieta + 70 g (SOJ.) Mizeria + 75 g (MLE.) Kompot owocowy* b/c 300 ml Fasolka szparagowa zielona + 75 g	Zupa marchewkowa z zacierką + 350 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane 250 g Schab gotowany + 70 g Sos własny dieta + 70 g (SOJ.) Fasolka szparagowa zielona + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (SEL.)	
	PD			Chrupki kukurydziane 25 g	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE.)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)		
	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.) Polędwica 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.) Polędwica 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.) Polędwica 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.) Polędwica 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.) Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Pasta warzywna + 80 g (SEL.)	
	PN	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt					Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 20 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 5 g Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt
	Wartość energetyczna: 2355.61 kcal; Białko ogółem: 82.65 g; Tłuszcz: 47.09 g; Kw. tł. nasy.: 23.51 g; Węglowodany ogółem: 413.64 g; W tym cukry: 91.22 g; Błonnik pok.: 32.23 g; Sól: 12.48 g;	Wartość energetyczna: 2252.46 kcal; Białko ogółem: 90.32 g; Tłuszcz: 47.50 g; Kw. tł. nasy.: 22.38 g; Węglowodany ogółem: 374.63 g; W tym cukry: 99.02 g; Błonnik pok.: 25.26 g; Sól: 9.87 g;	Wartość energetyczna: 2343.21 kcal; Białko ogółem: 92.55 g; Tłuszcz: 48.25 g; Kw. tł. nasy.: 22.47 g; Węglowodany ogółem: 394.36 g; W tym cukry: 99.02 g; Błonnik pok.: 27.16 g; Sól: 9.88 g;	Wartość energetyczna: 2512.67 kcal; Białko ogółem: 120.88 g; Tłuszcz: 55.28 g; Kw. tł. nasy.: 25.59 g; Węglowodany ogółem: 391.64 g; W tym cukry: 105.88 g; Błonnik pok.: 25.58 g; Sól: 11.04 g;	Wartość energetyczna: 2292.02 kcal; Białko ogółem: 105.75 g; Tłuszcz: 61.87 g; Kw. tł. nasy.: 27.20 g; Węglowodany ogółem: 346.69 g; W tym cukry: 39.96 g; Błonnik pok.: 42.20 g; Sól: 12.68 g;	Wartość energetyczna: 2305.94 kcal; Białko ogółem: 90.92 g; Tłuszcz: 51.61 g; Kw. tł. nasy.: 22.64 g; Węglowodany ogółem: 379.13 g; W tym cukry: 100.56 g; Błonnik pok.: 27.52 g; Sól: 10.51 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,