

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 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
2025-04-28 poniedziałek	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>) Pasta z makreli wędzonej z warzywami + 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 5 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, 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>MLE.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z miruny gotowanej z warzywami + 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Salata 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>) Pasta z miruny gotowanej z warzywami + 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Salata 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>) Pasta z miruny gotowanej z warzywami + 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Salata 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>) Pasta z makreli wędzonej z warzywami + 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata 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>) 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, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Kotlet z jaj pieczony dieta + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</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, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Kotlet z jaj pieczony dieta + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</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, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Kotlet z jaj pieczony dieta + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</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, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Kotlet z jaj pieczony dieta + 140 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</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, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Kotlet z jaj pieczony dieta + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</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, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Pulpet z kurczaka + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy dieta + 70 g (<u>MLE, 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, 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>) 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>MLE.</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>MLE.</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>MLE.</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>MLE.</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 mięsa wieprzowego, białka mleka z połączonych kawałków mięsa. 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt
		Wartość energetyczna: 2683.08 kcal; Białko ogółem: 81.20 g; Tłuszcz: 77.61 g; Kw. tł. nasy.: 27.95 g; Węglowodany ogółem: 428.92 g; W tym cukry: 82.38 g; Błonnik pok.: 34.84 g; Sól: 15.55 g;	Wartość energetyczna: 2528.73 kcal; Białko ogółem: 82.79 g; Tłuszcz: 66.42 g; Kw. tł. nasy.: 25.01 g; Węglowodany ogółem: 412.59 g; W tym cukry: 84.56 g; Błonnik pok.: 27.38 g; Sól: 11.85 g;	Wartość energetyczna: 2599.53 kcal; Białko ogółem: 81.94 g; Tłuszcz: 78.09 g; Kw. tł. nasy.: 31.66 g; Węglowodany ogółem: 403.52 g; W tym cukry: 84.56 g; Błonnik pok.: 25.73 g; Sól: 11.15 g;	Wartość energetyczna: 2670.78 kcal; Białko ogółem: 99.13 g; Tłuszcz: 81.98 g; Kw. tł. nasy.: 29.57 g; Węglowodany ogółem: 396.28 g; W tym cukry: 89.54 g; Błonnik pok.: 26.26 g; Sól: 12.64 g;	Wartość energetyczna: 2434.13 kcal; Białko ogółem: 87.93 g; Tłuszcz: 80.91 g; Kw. tł. nasy.: 29.19 g; Węglowodany ogółem: 359.44 g; W tym cukry: 39.10 g; Błonnik pok.: 44.63 g; Sól: 14.62 g;	Wartość energetyczna: 2491.49 kcal; Białko ogółem: 82.58 g; Tłuszcz: 69.06 g; Kw. tł. nasy.: 25.71 g; Węglowodany ogółem: 399.06 g; W tym cukry: 90.66 g; Błonnik pok.: 30.16 g; Sól: 13.09 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 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	
2025-04-29 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana 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>) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wleprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 10 g		Kasza kukurydziana 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>) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wleprzowych z połączonych kawałków mięsa 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% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wleprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 10 g	Kasza kukurydziana 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>) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wleprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	
	II ŚN				Sok z buraków 0,3 L produkt pasteryzowany 1 szt (<u>SEL</u>)		
	Obiad	Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Makaron 250 g (<u>GLU PSZ</u>) Bitka wleprzowa z szynki pieczona + 70 g Sos pieczeniowy + 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) 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 (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Makaron 250 g (<u>GLU PSZ</u>) Bitka wleprzowa z szynki pieczona + 70 g Sos własny dieta + 70 g (<u>SOJ</u>) Marchew gotowana + 75 g Brokuł gotowany + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa ziemniaczana a'la solferino + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Makaron 250 g (<u>GLU PSZ</u>) Bitka wleprzowa z szynki pieczona + 70 g Roladka wleprzowa z warzywami pieczona + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Sos własny dieta + 70 g (<u>SOJ</u>) Marchew gotowana + 75 g Brokuł gotowany + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 250 g (<u>GLU PSZ</u>) Bitka wleprzowa z szynki pieczona + 70 g Sos pieczeniowy + 70 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) 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 (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Makaron 250 g (<u>GLU PSZ</u>) Bitka wleprzowa z szynki pieczona + 70 g Sos własny dieta + 70 g (<u>SOJ</u>) Marchew gotowana + 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	
	PD			Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>)	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>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wleprzowiny 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 wleprzowiny 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 wleprzowiny 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 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 wleprzowiny 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 wleprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</u>) Bukiet jarzyn gotowany + 80 g (<u>SEL</u>)	
PN	Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)				Sałata zielona 5 g Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>)	Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	
	Wartość energetyczna: 2969.55 kcal; Białko ogółem: 109.15 g; Tłuszcz: 79.48 g; Kw. tł. nasy.: 31.07 g; Węglowodany ogółem: 470.57 g; W tym cukry: 69.17 g; Błonnik pok.: 33.07 g; Sól: 13.49 g;	Wartość energetyczna: 2616.52 kcal; Białko ogółem: 102.14 g; Tłuszcz: 58.53 g; Kw. tł. nasy.: 23.21 g; Węglowodany ogółem: 429.54 g; W tym cukry: 71.72 g; Błonnik pok.: 21.63 g; Sól: 10.37 g;	Wartość energetyczna: 2706.52 kcal; Białko ogółem: 103.34 g; Tłuszcz: 58.53 g; Kw. tł. nasy.: 23.21 g; Węglowodany ogółem: 449.54 g; W tym cukry: 91.72 g; Błonnik pok.: 21.63 g; Sól: 10.37 g;	Wartość energetyczna: 2907.57 kcal; Białko ogółem: 121.88 g; Tłuszcz: 73.28 g; Kw. tł. nasy.: 28.01 g; Węglowodany ogółem: 450.40 g; W tym cukry: 78.48 g; Błonnik pok.: 22.93 g; Sól: 12.04 g;	Wartość energetyczna: 2355.60 kcal; Białko ogółem: 105.34 g; Tłuszcz: 64.96 g; Kw. tł. nasy.: 25.70 g; Węglowodany ogółem: 352.57 g; W tym cukry: 45.49 g; Błonnik pok.: 45.05 g; Sól: 13.95 g;	Wartość energetyczna: 2738.56 kcal; Białko ogółem: 100.15 g; Tłuszcz: 58.33 g; Kw. tł. nasy.: 23.17 g; Węglowodany ogółem: 463.48 g; W tym cukry: 97.82 g; Błonnik pok.: 23.35 g; Sól: 11.40 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 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
2025-04-30 środa	Śniadanie	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>) Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Pomidor 80 g Salata 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>) Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 80 g (<u>GLU PSZ, 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% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Salata zielona 5 g Ogórek kiszony 80 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>) 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>) Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 75 g Kalaflor 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 Kalaflor 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 + 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 Kalaflor 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>) Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Kalaflor 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 Kalaflor 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 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>MLE.</u>) Pasta z tofu i pieczonej marchewki + 80 g (<u>SOJ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt 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>MLE.</u>) Pasta z tofu i pieczonej marchewki + 100 g (<u>SOJ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt 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>MLE.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt 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>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: 2757.29 kcal; Białko ogółem: 99.09 g; Tłuszcz: 69.84 g; Kw. tł. nasy.: 32.92 g; Węglowodany ogółem: 447.74 g; W tym cukry: 87.32 g; Błonnik pok.: 38.66 g; Sól: 15.99 g;	Wartość energetyczna: 2401.50 kcal; Białko ogółem: 84.39 g; Tłuszcz: 57.45 g; Kw. tł. nasy.: 21.38 g; Węglowodany ogółem: 398.77 g; W tym cukry: 95.09 g; Błonnik pok.: 28.99 g; Sól: 10.79 g;	Wartość energetyczna: 2476.50 kcal; Białko ogółem: 84.99 g; Tłuszcz: 58.05 g; Kw. tł. nasy.: 21.44 g; Węglowodany ogółem: 416.92 g; W tym cukry: 109.64 g; Błonnik pok.: 31.99 g; Sól: 10.80 g;	Wartość energetyczna: 2603.81 kcal; Białko ogółem: 106.10 g; Tłuszcz: 66.41 g; Kw. tł. nasy.: 24.17 g; Węglowodany ogółem: 407.57 g; W tym cukry: 99.85 g; Błonnik pok.: 29.43 g; Sól: 12.10 g;	Wartość energetyczna: 2529.08 kcal; Białko ogółem: 104.44 g; Tłuszcz: 75.26 g; Kw. tł. nasy.: 33.98 g; Węglowodany ogółem: 379.82 g; W tym cukry: 44.85 g; Błonnik pok.: 48.65 g; Sól: 15.60 g;	Wartość energetyczna: 2502.27 kcal; Białko ogółem: 89.32 g; Tłuszcz: 55.42 g; Kw. tł. nasy.: 22.85 g; Węglowodany ogółem: 422.21 g; W tym cukry: 116.20 g; Błonnik pok.: 26.42 g; Sól: 10.33 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 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	
2025-05-01 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 Salata 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>) Salata 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>) Salata 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 Salata 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 JECZ</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c + 75 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (<u>SOJ, 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 JECZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (<u>SOJ, 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 JECZ</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 JECZ</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c + 75 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Sos pomidorowy + 70 g Pulpet wieprzowy + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Ryż na sypko 200 g Marchew gotowana plastery 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>) Salatka jarzynowa + 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) 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>MLE</u>) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (<u>SOJ, MLE</u>) Salatka jarzynowa dieta + 100 g (<u>MLE, SEL</u>) 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>MLE</u>) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 80 g (<u>SOJ, MLE</u>) Salatka jarzynowa dieta + 100 g (<u>MLE, SEL</u>) 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>MLE</u>) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (<u>SOJ, MLE</u>) Salatka jarzynowa + 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) 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>MLE</u>) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (<u>SOJ, MLE</u>) Salatka jarzynowa dieta + 100 g (<u>MLE, SEL</u>)	
PN	Banan 1szt. 1 szt			Pomidor 15g 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: 3048.51 kcal; Białko ogółem: 100.19 g; Tłuszcz: 99.65 g; Kw. tł. nasy.: 35.46 g; Węglowodany ogółem: 447.83 g; W tym cukry: 103.69 g; Błonnik pok.: 34.94 g; Sól: 15.02 g;		Wartość energetyczna: 2494.64 kcal; Białko ogółem: 87.86 g; Tłuszcz: 58.27 g; Kw. tł. nasy.: 27.32 g; Węglowodany ogółem: 416.46 g; W tym cukry: 107.45 g; Błonnik pok.: 29.81 g; Sól: 11.49 g;	Wartość energetyczna: 2578.64 kcal; Białko ogółem: 87.86 g; Tłuszcz: 58.27 g; Kw. tł. nasy.: 27.32 g; Węglowodany ogółem: 436.46 g; W tym cukry: 107.45 g; Błonnik pok.: 29.81 g; Sól: 11.49 g;	Wartość energetyczna: 2834.72 kcal; Białko ogółem: 114.27 g; Tłuszcz: 76.35 g; Kw. tł. nasy.: 35.48 g; Węglowodany ogółem: 435.11 g; W tym cukry: 108.17 g; Błonnik pok.: 31.92 g; Sól: 13.49 g;	Wartość energetyczna: 2790.98 kcal; Białko ogółem: 109.39 g; Tłuszcz: 112.01 g; Kw. tł. nasy.: 38.03 g; Węglowodany ogółem: 350.89 g; W tym cukry: 42.41 g; Błonnik pok.: 45.33 g; Sól: 15.08 g;	Wartość energetyczna: 2501.16 kcal; Białko ogółem: 85.72 g; Tłuszcz: 62.68 g; Kw. tł. nasy.: 26.13 g; Węglowodany ogółem: 407.97 g; W tym cukry: 107.20 g; Błonnik pok.: 21.87 g; Sól: 10.57 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 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	
2025-05-02 piątek	Śniadanie	Platki pszenne 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>) Twarożek brzoskwinioowy (dieta) + 80 g (<u>MLE</u>) Mandarynka 1 szt Sałata zielona 5 g	Platki 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>) Twarożek brzoskwinioowy (dieta) + 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Platki 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>) Twarożek brzoskwinioowy (dieta) + 100 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek + 80 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g Mandarynka 1 szt	Platki 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>) Twarożek + 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	II ŚN					Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Miruna smażona 70g + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Surówka z czerwonej kapusty z natką pietruszki i słonecznikiem b/c + 75 g Szpinak gotowany z olejem + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Miruna pieczona w posypce ziołowej 70g + 70 g (<u>RYB</u>) Szpinak gotowany z olejem + 75 g Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Miruna pieczona w posypce ziołowej 70g + 70 g (<u>RYB</u>) Sos grecki + 70 g (<u>SEL</u>) Szpinak gotowany z olejem + 75 g Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Miruna pieczona w posypce ziołowej 70g + 140 g (<u>RYB</u>) Sos grecki + 70 g (<u>SEL</u>) Szpinak gotowany z olejem + 75 g Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Miruna pieczona w posypce ziołowej 70g + 70 g (<u>RYB</u>) Szpinak gotowany z olejem + 75 g Surówka z czerwonej kapusty z natką pietruszki i słonecznikiem b/c + 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Miruna pieczona w posypce ziołowej 70g + 70 g (<u>RYB</u>) Szpinak gotowany z olejem + 75 g Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD			Ciasto drożdżowe 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u>)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 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 jaj z natką pietruszki + 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki + 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 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>) Pasta z jaj z natką pietruszki + 80 g (<u>JAJ, 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>) Pasta z jaj z natką pietruszki + 100 g (<u>JAJ, 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>) Pasta z jaj z natką pietruszki + 80 g (<u>JAJ, 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE</u>)				Sałata zielona 5 g 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>)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE</u>)	
	Wartość energetyczna: 2795.70 kcal; Białko ogółem: 102.50 g; Tłuszcz: 75.32 g; Kw. tł. nasy.: 29.43 g; Węglowodany ogółem: 442.16 g; W tym cukry: 85.31 g; Błonnik pok.: 36.34 g; Sól: 12.00 g;	Wartość energetyczna: 2649.33 kcal; Białko ogółem: 102.82 g; Tłuszcz: 68.54 g; Kw. tł. nasy.: 28.59 g; Węglowodany ogółem: 419.23 g; W tym cukry: 92.72 g; Błonnik pok.: 29.78 g; Sól: 10.93 g;	Wartość energetyczna: 2807.21 kcal; Białko ogółem: 110.13 g; Tłuszcz: 78.85 g; Kw. tł. nasy.: 30.21 g; Węglowodany ogółem: 426.39 g; W tym cukry: 86.89 g; Błonnik pok.: 29.82 g; Sól: 10.38 g;	Wartość energetyczna: 2808.94 kcal; Białko ogółem: 131.99 g; Tłuszcz: 79.34 g; Kw. tł. nasy.: 31.06 g; Węglowodany ogółem: 404.20 g; W tym cukry: 102.75 g; Błonnik pok.: 28.47 g; Sól: 11.12 g;	Wartość energetyczna: 2397.77 kcal; Białko ogółem: 107.56 g; Tłuszcz: 68.05 g; Kw. tł. nasy.: 25.72 g; Węglowodany ogółem: 357.94 g; W tym cukry: 35.11 g; Błonnik pok.: 44.90 g; Sól: 11.71 g;	Wartość energetyczna: 2539.01 kcal; Białko ogółem: 104.78 g; Tłuszcz: 57.98 g; Kw. tł. nasy.: 26.46 g; Węglowodany ogółem: 411.89 g; W tym cukry: 111.66 g; Błonnik pok.: 25.27 g; Sól: 10.67 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 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
2025-05-03 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>) 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% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 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% 15 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% 15 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>)
	II ŚN					Surówka z marchwi z olejem b/c + 100 g
	Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami + 350 g (<u>GLU PSZ. SOJ. SEL. GOR.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JECZ.</u>) Wątróbka drobiowa smażona z cebulką 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ogórek kiszony z cebulką + 75 g Buraki gotowane słupki + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ. MLE. SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy z warzywami + 150 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Buraki gotowane słupki + 75 g Cukinia gotowana + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ. MLE. SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy z warzywami + 150 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) 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 (<u>GLU PSZ. SOJ. SEL. GOR.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy z warzywami + 150 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ogórek kiszony z cebulką + 75 g Buraki gotowane słupki + 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ. MLE. SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy z warzywami + 150 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Cukinia gotowana + 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>)	
	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 (kiel drobno rozdr wędz., parzona 60 g (<u>GLU PSZ. SOJ.</u>) parz w osłonce niejadalnej) 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Musztarda 20 g (<u>GOR.</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 luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 60 g (<u>GLU PSZ. 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>) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr wędz., parz w osłonce niejadalnej) 120 g (<u>GLU PSZ.</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 luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 60 g (<u>GLU PSZ. 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 luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 60 g (<u>GLU PSZ. SOJ.</u>) Mus z jabłek prażonych 80 g
PN					Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt
Wartość energetyczna: 2710.61 kcal; Białko ogółem: 97.93 g; Tłuszcz: 80.88 g; Kw. tł. nasy.: 26.63 g; Węglowodany ogółem: 413.44 g; W tym cukry: 66.60 g; Błonnik pok.: 34.63 g; Sól: 17.41 g;		Wartość energetyczna: 2089.35 kcal; Białko ogółem: 72.85 g; Tłuszcz: 50.08 g; Kw. tł. nasy.: 19.93 g; Węglowodany ogółem: 348.43 g; W tym cukry: 71.69 g; Błonnik pok.: 23.59 g; Sól: 11.19 g;	Wartość energetyczna: 2355.10 kcal; Białko ogółem: 76.64 g; Tłuszcz: 68.94 g; Kw. tł. nasy.: 29.19 g; Węglowodany ogółem: 369.06 g; W tym cukry: 71.69 g; Błonnik pok.: 23.59 g; Sól: 11.64 g;	Wartość energetyczna: 2503.27 kcal; Białko ogółem: 107.58 g; Tłuszcz: 75.15 g; Kw. tł. nasy.: 28.96 g; Węglowodany ogółem: 361.16 g; W tym cukry: 75.94 g; Błonnik pok.: 23.61 g; Sól: 13.54 g;	Wartość energetyczna: 2443.09 kcal; Białko ogółem: 102.80 g; Tłuszcz: 78.07 g; Kw. tł. nasy.: 30.35 g; Węglowodany ogółem: 354.48 g; W tym cukry: 25.75 g; Błonnik pok.: 47.55 g; Sól: 17.50 g;	Wartość energetyczna: 2153.71 kcal; Białko ogółem: 74.43 g; Tłuszcz: 50.15 g; Kw. tł. nasy.: 19.92 g; Węglowodany ogółem: 365.83 g; W tym cukry: 90.37 g; Błonnik pok.: 25.02 g; Sól: 11.55 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 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	
2025-05-04 niedziela	Śniadanie	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>) Pasta z twarogu z koperkiem + 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata 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>) Pasta z twarogu z koperkiem + 100 g (<u>MLE.</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% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek ze słonecznikiem + 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata 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>) Pasta z twarogu z koperkiem + 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt	
	II ŚN				Jabłko 1 szt 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 Coleslaw + 75 g (<u>JAJ, MLE, GOR, S02.</u>) Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (<u>SEL.</u>) 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>) Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (<u>SEL.</u>) Kalaflor gotowany + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Rosół + 280 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Makaron nitka 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Udko z kurczaka pieczone + 150 g (<u>SOJ.</u>) Surówka z białej kapusty z marchwią + 75 g Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (<u>SEL.</u>) 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>) Bukiet jarzyn gotowany + 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	
	PD			Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Surówka z marchwi z olejem b/c + 100 g	
	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>) Połędwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 80 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Salata zielona 10 g	Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
PN	Ciasto drożdżowe 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)				Salata zielona 5 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>)	Ciasto drożdżowe 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)	
Wartość energetyczna: 2790.03 kcal; Białko ogółem: 124.81 g; Tłuszcz: 74.84 g; Kw. tł. nasy.: 28.05 g; Węglowodany ogółem: 418.26 g; W tym cukry: 47.85 g; Błonnik pok.: 34.36 g; Sól: 15.49 g;		Wartość energetyczna: 2553.01 kcal; Białko ogółem: 124.34 g; Tłuszcz: 68.44 g; Kw. tł. nasy.: 28.05 g; Węglowodany ogółem: 370.00 g; W tym cukry: 48.39 g; Błonnik pok.: 24.41 g; Sól: 10.89 g;	Wartość energetyczna: 2643.01 kcal; Białko ogółem: 127.94 g; Tłuszcz: 70.94 g; Kw. tł. nasy.: 28.96 g; Węglowodany ogółem: 384.00 g; W tym cukry: 53.79 g; Błonnik pok.: 24.81 g; Sól: 10.99 g;	Wartość energetyczna: 2949.73 kcal; Białko ogółem: 165.24 g; Tłuszcz: 91.27 g; Kw. tł. nasy.: 35.40 g; Węglowodany ogółem: 376.58 g; W tym cukry: 53.39 g; Błonnik pok.: 24.46 g; Sól: 12.89 g;	Wartość energetyczna: 2568.94 kcal; Białko ogółem: 128.35 g; Tłuszcz: 74.70 g; Kw. tł. nasy.: 28.85 g; Węglowodany ogółem: 368.37 g; W tym cukry: 42.33 g; Błonnik pok.: 49.39 g; Sól: 15.18 g;	Wartość energetyczna: 2729.57 kcal; Białko ogółem: 122.72 g; Tłuszcz: 68.86 g; Kw. tł. nasy.: 28.07 g; Węglowodany ogółem: 415.63 g; W tym cukry: 85.19 g; Błonnik pok.: 26.54 g; Sól: 10.87 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 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	
2025-05-05 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana 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>) Pasta z kurczaka i warzyw + 80 g (<u>SEL</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g		Kasza kukurydziana 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>) Pasta z kurczaka i warzyw + 100 g (<u>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% 15 g (<u>MLE</u>) Paszтет wołowo-drobiowy + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Kasza kukurydziana 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>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ</u>) Bukiet jarzyn gotowany + 50 g (<u>SEL</u>)	
	II ŚN					Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Kokosowy dhal z czerwoną soczewicą + 150 g (<u>MLE, GOR</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, SEL</u>) Sos z tofu i warzywami do risotto dieta + 150 g (<u>SOJ, MLE, SEL</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, SEL</u>) Kokosowy dhal z czerwoną soczewicą + 150 g (<u>MLE, GOR</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, SEL</u>) Sos z tofu i warzywami do risotto dieta + 150 g (<u>SOJ, MLE, SEL</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>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>) 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>) Słupki z marchewki + 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>) 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>) 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>) 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>) 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>) Słupki z marchewki + 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>) Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml	
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt				Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
Wartość energetyczna: 2557.90 kcal; Białko ogółem: 83.54 g; Tłuszcz: 64.03 g; Kw. tł. nasy.: 27.00 g; Węglowodany ogółem: 426.36 g; W tym cukry: 64.59 g; Błonnik pok.: 39.52 g; Sól: 15.08 g;		Wartość energetyczna: 2240.90 kcal; Białko ogółem: 79.29 g; Tłuszcz: 57.99 g; Kw. tł. nasy.: 21.88 g; Węglowodany ogółem: 363.43 g; W tym cukry: 66.29 g; Błonnik pok.: 22.79 g; Sól: 11.91 g;	Wartość energetyczna: 2391.95 kcal; Białko ogółem: 84.29 g; Tłuszcz: 61.01 g; Kw. tł. nasy.: 23.67 g; Węglowodany ogółem: 389.35 g; W tym cukry: 85.04 g; Błonnik pok.: 22.82 g; Sól: 12.08 g;	Wartość energetyczna: 2438.42 kcal; Białko ogółem: 89.45 g; Tłuszcz: 63.31 g; Kw. tł. nasy.: 23.94 g; Węglowodany ogółem: 391.37 g; W tym cukry: 85.54 g; Błonnik pok.: 23.23 g; Sól: 12.81 g;	Wartość energetyczna: 2421.70 kcal; Białko ogółem: 100.83 g; Tłuszcz: 69.57 g; Kw. tł. nasy.: 27.13 g; Węglowodany ogółem: 369.47 g; W tym cukry: 38.07 g; Błonnik pok.: 50.95 g; Sól: 11.92 g;	Wartość energetyczna: 2358.96 kcal; Białko ogółem: 78.06 g; Tłuszcz: 61.81 g; Kw. tł. nasy.: 22.72 g; Węglowodany ogółem: 392.61 g; W tym cukry: 89.98 g; Błonnik pok.: 22.75 g; Sól: 13.26 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 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
2025-05-06 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 kiszony 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 kiszony 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 zacierką + 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>) Buraki tarte na ciepło + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa jarzynowa z zacierką + 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 zacierką + 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 zacierką + 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 zacierką + 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	Biszkopty 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>)	
	Kolejca	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	Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por	Jabłko 1 szt 1 szt			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: 2643.15 kcal; Białko ogółem: 86.66 g; Tłuszcz: 73.91 g; Kw. tł. nasy.: 28.95 g; Węglowodany ogółem: 425.35 g; W tym cukry: 77.83 g; Błonnik pok.: 37.23 g; Sól: 16.49 g;	Wartość energetyczna: 2495.67 kcal; Białko ogółem: 85.92 g; Tłuszcz: 77.14 g; Kw. tł. nasy.: 29.69 g; Węglowodany ogółem: 378.14 g; W tym cukry: 80.80 g; Błonnik pok.: 27.97 g; Sól: 12.11 g;	Wartość energetyczna: 2612.67 kcal; Białko ogółem: 88.35 g; Tłuszcz: 79.27 g; Kw. tł. nasy.: 29.69 g; Węglowodany ogółem: 400.04 g; W tym cukry: 80.80 g; Błonnik pok.: 27.97 g; Sól: 12.11 g;	Wartość energetyczna: 2952.61 kcal; Białko ogółem: 117.61 g; Tłuszcz: 105.74 g; Kw. tł. nasy.: 41.95 g; Węglowodany ogółem: 397.83 g; W tym cukry: 81.00 g; Błonnik pok.: 29.73 g; Sól: 15.67 g;	Wartość energetyczna: 2456.57 kcal; Białko ogółem: 109.40 g; Tłuszcz: 83.12 g; Kw. tł. nasy.: 30.13 g; Węglowodany ogółem: 339.10 g; W tym cukry: 21.53 g; Błonnik pok.: 41.64 g; Sól: 15.86 g;	Wartość energetyczna: 2683.74 kcal; Białko ogółem: 86.67 g; Tłuszcz: 77.74 g; Kw. tł. nasy.: 28.44 g; Węglowodany ogółem: 424.17 g; W tym cukry: 112.57 g; Błonnik pok.: 30.17 g; Sól: 14.17 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 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	
2025-05-07 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>) Ser topiony 70 g (<u>MLE.</u>) Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 80 g Salata 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>) Twarożek różany + 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Salata 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>) Twarożek różany + 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Salata 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 + 80 g (<u>MLE.</u>) Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 80 g Salata 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>) Twarożek + 80 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany + 80 g (<u>SEL.</u>)	
	II ŚN					Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 70 g Sos pieczarkowy + 70 g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c + 75 g Cukinia gotowana + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 70 g Sos jarzynowy dieta + 70 g (<u>MLE.</u>) Cukinia gotowana + 75 g Marchew gotowana plastry z olejem + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 140 g Sos jarzynowy dieta + 70 g (<u>MLE.</u>) Cukinia gotowana + 75 g Marchew gotowana plastry z olejem + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 70 g Sos pieczarkowy + 70 g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c + 75 g Cukinia gotowana + 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) 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 (<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>) Domowy paprykarz szczeciński + 80 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Salata 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>) Paprykarz z miruny z warzywami + 80 g (<u>RYB, SOJ, SEL.</u>) Salata 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>) Paprykarz z miruny z warzywami + 100 g (<u>RYB, SOJ, SEL.</u>) Salata 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>) Domowy paprykarz szczeciński + 80 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Salata 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 zielonogórska-wp. parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
PN	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)				Szynka z indykem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 20 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 15 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	
	Wartość energetyczna: 2782.84 kcal; Białko ogółem: 87.76 g; Tłuszcz: 87.83 g; Kw. tł. nasy.: 35.17 g; Węglowodany ogółem: 414.84 g; W tym cukry: 66.39 g; Błonnik pok.: 34.94 g; Sól: 14.33 g;	Wartość energetyczna: 2606.80 kcal; Białko ogółem: 93.36 g; Tłuszcz: 70.76 g; Kw. tł. nasy.: 25.40 g; Węglowodany ogółem: 391.73 g; W tym cukry: 91.50 g; Błonnik pok.: 27.77 g; Sól: 9.61 g;	Wartość energetyczna: 2696.80 kcal; Białko ogółem: 94.56 g; Tłuszcz: 70.76 g; Kw. tł. nasy.: 25.40 g; Węglowodany ogółem: 411.73 g; W tym cukry: 111.50 g; Błonnik pok.: 27.77 g; Sól: 9.61 g;	Wartość energetyczna: 2897.32 kcal; Białko ogółem: 118.86 g; Tłuszcz: 81.80 g; Kw. tł. nasy.: 28.72 g; Węglowodany ogółem: 410.72 g; W tym cukry: 101.14 g; Błonnik pok.: 28.49 g; Sól: 10.57 g;	Wartość energetyczna: 2415.84 kcal; Białko ogółem: 95.09 g; Tłuszcz: 71.30 g; Kw. tł. nasy.: 26.85 g; Węglowodany ogółem: 367.77 g; W tym cukry: 43.43 g; Błonnik pok.: 46.95 g; Sól: 14.33 g;	Wartość energetyczna: 2486.35 kcal; Białko ogółem: 93.40 g; Tłuszcz: 65.16 g; Kw. tł. nasy.: 24.47 g; Węglowodany ogółem: 387.94 g; W tym cukry: 82.48 g; Błonnik pok.: 28.77 g; Sól: 10.92 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 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	
2025-05-08 czwartek	Śniadanie	Kasza manna 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>) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Salata zielona 10 g		Kasza manna 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>) Salata zielona 10 g Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 80 g (<u>SOJ, MLE.</u>)	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>) Salatka z ryżu - meksykańska z fasolą + 80 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, GOR.</u>) Salata zielona 5 g	Kasza manna 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>) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Mus z jabłek prażonych 150 g	
	II ŚN					Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Makaron 250 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych + 75 g Surówka z selera i jabłka b/c + 75 g (<u>SEL.</u>)	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Makaron 250 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych + 75 g Fasolka szparagowa żółta + 75 g	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Makaron 250 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g (<u>SEL.</u>) Klopsik wieprzowy pieczony + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych + 75 g Fasolka szparagowa żółta + 75 g	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 250 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych + 75 g Surówka z selera i jabłka b/c + 75 g (<u>SEL.</u>)	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g (<u>SEL.</u>) Makaron 250 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych + 75 g Dynia pieczona + 75 g	
	PD	Mus z jabłek () z/c 100 g		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Masło extra 82% 5 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>) Twarożek + 80 g (<u>MLE.</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>MLE.</u>) Twarożek + 80 g (<u>MLE.</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>MLE.</u>) Twarożek + 100 g (<u>MLE.</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>MLE.</u>) Twarożek + 80 g (<u>MLE.</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>MLE.</u>) Twarożek + 80 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany + 80 g (<u>SEL.</u>)	
PN	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>) Baton szynkowy z kurcząt 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Salata zielona 5 g	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2773.39 kcal; Białko ogółem: 100.79 g; Tłuszcz: 68.87 g; Kw. tł. nasy.: 25.66 g; Węglowodany ogółem: 452.03 g; W tym cukry: 88.71 g; Błonnik pok.: 36.81 g; Sól: 13.99 g;	Wartość energetyczna: 2410.91 kcal; Białko ogółem: 97.48 g; Tłuszcz: 56.42 g; Kw. tł. nasy.: 24.38 g; Węglowodany ogółem: 388.08 g; W tym cukry: 87.25 g; Błonnik pok.: 23.09 g; Sól: 10.17 g;	Wartość energetyczna: 2500.86 kcal; Białko ogółem: 98.04 g; Tłuszcz: 56.98 g; Kw. tł. nasy.: 24.94 g; Węglowodany ogółem: 410.01 g; W tym cukry: 92.24 g; Błonnik pok.: 25.89 g; Sól: 10.18 g;	Wartość energetyczna: 2782.47 kcal; Białko ogółem: 125.48 g; Tłuszcz: 77.39 g; Kw. tł. nasy.: 33.48 g; Węglowodany ogółem: 406.49 g; W tym cukry: 88.29 g; Błonnik pok.: 24.90 g; Sól: 12.48 g;	Wartość energetyczna: 2621.78 kcal; Białko ogółem: 113.94 g; Tłuszcz: 79.32 g; Kw. tł. nasy.: 29.84 g; Węglowodany ogółem: 380.07 g; W tym cukry: 43.49 g; Błonnik pok.: 51.55 g; Sól: 14.54 g;	Wartość energetyczna: 2595.57 kcal; Białko ogółem: 100.19 g; Tłuszcz: 60.36 g; Kw. tł. nasy.: 24.66 g; Węglowodany ogółem: 429.03 g; W tym cukry: 131.24 g; Błonnik pok.: 26.50 g; Sól: 10.87 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 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	
2025-05-09 piątek	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 z jaj z koperkiem dieta + 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Salata 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 z jaj z koperkiem dieta + 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Salata 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 z jaj z koperkiem dieta + 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Salata 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>) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor 15 g Salata 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>) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkim surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w 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	Krupnik jęczmienny + 350 ml (<u>SOJ, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Kotlet z morszczuka 70g + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z ogórkiem i jabłkiem + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Warzywa po grecku + 75 g (<u>SEL,</u>)	Krupnik jęczmienny + 350 ml (<u>SOJ, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Pulpet z morszczuka + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Warzywa po grecku + 75 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Brokuł gotowany + 75 g	Krupnik jęczmienny + 350 ml (<u>SOJ, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Pulpet z morszczuka + 140 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Warzywa po grecku + 75 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Brokuł gotowany + 75 g	Krupnik jęczmienny + 350 ml (<u>SOJ, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Pulpet z morszczuka + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z ogórkiem i jabłkiem + 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Warzywa po grecku + 75 g (<u>SEL,</u>)	Krupnik jęczmienny + 350 ml (<u>SOJ, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Pulpet z morszczuka + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Warzywa po grecku + 75 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Brokuł gotowany + 75 g	
	PD	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE,</u>)		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	Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g		
	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 z cynamonem + 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>) Dżem 40 g Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Salata 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>) Dżem 40 g Twarożek z cynamonem + 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Salata 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>) Dżem 40 g Twarożek z cynamonem + 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>) Salata zielona 10 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>) Dżem 40 g Twarożek z cynamonem + 100 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Salata 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>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkim wieprzowiny srednio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u>) Salata zielona 10 g Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por	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 z cynamonem + 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>) Dżem 40 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	PN	Babka piaskowa 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE,</u>)				Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkim surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 20 g (<u>SOJ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>)	Babka piaskowa 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE,</u>)
		Wartość energetyczna: 2831.02 kcal; Białko ogółem: 87.52 g; Tłuszcz: 74.34 g; Kw. tł. nasy.: 27.54 g; Węglowodany ogółem: 466.35 g; W tym cukry: 109.77 g; Błonnik pok.: 35.03 g; Sól: 12.62 g;	Wartość energetyczna: 2627.67 kcal; Białko ogółem: 90.12 g; Tłuszcz: 67.93 g; Kw. tł. nasy.: 26.84 g; Węglowodany ogółem: 423.59 g; W tym cukry: 114.88 g; Błonnik pok.: 25.79 g; Sól: 8.45 g;	Wartość energetyczna: 2676.96 kcal; Białko ogółem: 92.92 g; Tłuszcz: 70.43 g; Kw. tł. nasy.: 27.72 g; Węglowodany ogółem: 427.42 g; W tym cukry: 110.20 g; Błonnik pok.: 26.09 g; Sól: 8.55 g;	Wartość energetyczna: 2986.71 kcal; Białko ogółem: 125.27 g; Tłuszcz: 81.08 g; Kw. tł. nasy.: 32.71 g; Węglowodany ogółem: 449.31 g; W tym cukry: 120.30 g; Błonnik pok.: 27.70 g; Sól: 10.22 g;	Wartość energetyczna: 2335.21 kcal; Białko ogółem: 92.71 g; Tłuszcz: 66.43 g; Kw. tł. nasy.: 23.36 g; Węglowodany ogółem: 363.17 g; W tym cukry: 39.16 g; Błonnik pok.: 45.77 g; Sól: 13.57 g;	Wartość energetyczna: 2569.33 kcal; Białko ogółem: 88.29 g; Tłuszcz: 58.33 g; Kw. tł. nasy.: 24.36 g; Węglowodany ogółem: 433.66 g; W tym cukry: 118.32 g; Błonnik pok.: 28.38 g; Sól: 9.78 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 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	
2025-05-10 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>) Salatka makaronowa z warzywami i szynką + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</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% 15 g (<u>MLE.</u>) Salatka makaronowa z warzywami i szynką dieta + 100 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Salata 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>) Salatka makaronowa z warzywami i szynką dieta + 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Salata 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>) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (<u>SOJ, MLE.</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% 15 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Cukinia gotowana + 80 g	
	II ŚN					Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Kociółek z kurczaka meksykański + 150 g (<u>MLE.</u>) Salatka 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 (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Potrawka z kurczaka + 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraki gotowane + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Marchew gotowana plasty z olejem + 75 g	Zupa koperkowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Potrawka z kurczaka + 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 70 g Buraki gotowane + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Marchew gotowana plasty z olejem + 75 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 250 g Kociółek z kurczaka meksykański + 150 g (<u>MLE.</u>) Salatka 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 (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Potrawka z kurczaka + 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraki gotowane + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Marchew gotowana plasty z olejem + 75 g	
	PD			Banan 1szt. 1 szt	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>) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr. wędz. parz w osłonce niejadalnej) 80 g (<u>SOJ.</u>) Ketchup 20 g (<u>SEL.</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>MLE.</u>) Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, 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>MLE.</u>) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr. wędz. parz w osłonce niejadalnej) 80 g (<u>SOJ.</u>) Ketchup 20 g (<u>SEL.</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>MLE.</u>) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr. wędz. parz w osłonce niejadalnej) 120 g (<u>SOJ.</u>) Ketchup 20 g (<u>SEL.</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>MLE.</u>) Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Ketchup 20 g (<u>SEL.</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>MLE.</u>) Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	PN	Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)				Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 5 g Ser żółty 20 g (<u>MLE.</u>)	Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)
	Wartość energetyczna: 2688.63 kcal; Białko ogółem: 72.36 g; Tłuszcz: 78.85 g; Kw. tł. nasy.: 25.26 g; Węglowodany ogółem: 427.83 g; W tym cukry: 75.11 g; Błonnik pok.: 33.47 g; Sól: 15.18 g;	Wartość energetyczna: 2324.15 kcal; Białko ogółem: 73.92 g; Tłuszcz: 60.60 g; Kw. tł. nasy.: 19.87 g; Węglowodany ogółem: 381.20 g; W tym cukry: 70.47 g; Błonnik pok.: 25.21 g; Sól: 10.99 g;	Wartość energetyczna: 2668.53 kcal; Białko ogółem: 77.77 g; Tłuszcz: 74.35 g; Kw. tł. nasy.: 24.06 g; Węglowodany ogółem: 431.99 g; W tym cukry: 111.49 g; Błonnik pok.: 29.33 g; Sól: 12.00 g;	Wartość energetyczna: 2822.68 kcal; Białko ogółem: 104.23 g; Tłuszcz: 93.67 g; Kw. tł. nasy.: 28.89 g; Węglowodany ogółem: 400.47 g; W tym cukry: 76.02 g; Błonnik pok.: 26.16 g; Sól: 13.66 g;	Wartość energetyczna: 2480.14 kcal; Białko ogółem: 94.69 g; Tłuszcz: 70.25 g; Kw. tł. nasy.: 29.94 g; Węglowodany ogółem: 378.76 g; W tym cukry: 61.63 g; Błonnik pok.: 49.50 g; Sól: 14.46 g;	Wartość energetyczna: 2283.84 kcal; Białko ogółem: 78.15 g; Tłuszcz: 55.71 g; Kw. tł. nasy.: 20.40 g; Węglowodany ogółem: 378.97 g; W tym cukry: 82.32 g; Błonnik pok.: 26.28 g; Sól: 11.52 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 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	
2025-05-11 niedziela	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</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>) Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 5 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</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>) Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 5 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</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 + 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 5 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</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 + 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Salata 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 Salata zielona 5 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</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>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	II SN						Salatka szwedzka + 100 g (<u>GOR.</u>)	
	Obiad	Zupa pieczarkowa z makaronem + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Kotlet schabowy panierowany + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Fasolka szparagowa zielona + 75 g	Zupa marchewkowa z zacierką + 350 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Schab gotowany + 70 g Sos własny dieta + 70 g (<u>SOJ.</u>) Fasolka szparagowa zielona + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (<u>SEL.</u>)	Zupa marchewkowa z zacierką + 350 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Schab gotowany + 140 g Sos własny dieta + 70 g (<u>SOJ.</u>) Fasolka szparagowa zielona + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (<u>SEL.</u>)	Zupa pieczarkowa z makaronem + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Schab gotowany + 70 g Sos własny dieta + 70 g (<u>SOJ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Fasolka szparagowa zielona + 75 g	Zupa marchewkowa z zacierką + 350 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Schab gotowany + 70 g Sos własny dieta + 70 g (<u>SOJ.</u>) Fasolka szparagowa zielona + 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet jarzyn gotowany + 75 g (<u>SEL.</u>)		
	PD	Chrupki kukurydziane 25 g			Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE.</u>)	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>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 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>MLE.</u>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 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>MLE.</u>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 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>MLE.</u>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 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>MLE.</u>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Pasta warzywna + 80 g (<u>SEL.</u>)		
PN	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt					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>) Salata zielona 5 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2454.78 kcal; Białko ogółem: 84.73 g; Tłuszcz: 49.15 g; Kw. tł. nasy.: 22.25 g; Węglowodany ogółem: 432.88 g; W tym cukry: 93.39 g; Błonnik pok.: 34.84 g; Sól: 12.45 g;	Wartość energetyczna: 2333.16 kcal; Białko ogółem: 92.99 g; Tłuszcz: 47.90 g; Kw. tł. nasy.: 22.60 g; Węglowodany ogółem: 391.86 g; W tym cukry: 99.78 g; Błonnik pok.: 26.56 g; Sól: 9.88 g;	Wartość energetyczna: 2423.91 kcal; Białko ogółem: 95.22 g; Tłuszcz: 48.65 g; Kw. tł. nasy.: 22.68 g; Węglowodany ogółem: 411.58 g; W tym cukry: 99.78 g; Błonnik pok.: 28.46 g; Sól: 9.89 g;	Wartość energetyczna: 2595.87 kcal; Białko ogółem: 123.83 g; Tłuszcz: 55.75 g; Kw. tł. nasy.: 25.86 g; Węglowodany ogółem: 409.00 g; W tym cukry: 106.76 g; Błonnik pok.: 26.88 g; Sól: 11.05 g;	Wartość energetyczna: 2379.40 kcal; Białko ogółem: 106.89 g; Tłuszcz: 63.57 g; Kw. tł. nasy.: 25.53 g; Węglowodany ogółem: 365.35 g; W tym cukry: 41.61 g; Błonnik pok.: 44.81 g; Sól: 12.73 g;	Wartość energetyczna: 2386.64 kcal; Białko ogółem: 93.59 g; Tłuszcz: 52.01 g; Kw. tł. nasy.: 22.85 g; Węglowodany ogółem: 396.35 g; W tym cukry: 101.31 g; Błonnik pok.: 28.82 g; Sól: 10.52 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,