

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-03 do dnia 2026-08-16 KUCHNIA ŁÓDŹ

		ŁÓDŹ- ZW D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P02 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW D07 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW D05 Łatwo str. z ogr. tłuszczu	
2026-08-03 poniedziałek	Śniadanie	Płatki 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 50 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 50 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 20 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>) Pomidor 50 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 20 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 50 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	II ŚN						Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z selera i jabłka b/c 75 g (<u>MLE, SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z serem b/c 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Jabłka prażone b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z serem b/c 400 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Jabłka prażone b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z selera i jabłka b/c 75 g (<u>MLE, SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z serem b/c 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Jabłka prażone b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 300 ml		
	PD	Banan 1szt. 1 szt		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>) Paszтет drobiowo- wieprzowy z wątróbką 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, MLE, GOR, GLU OW</u>) Ogórek świeży 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Ogórek świeży 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL</u>)		
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>)					Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>)
		Wartość energetyczna: 2459.99 kcal; Białko ogółem: 73.15 g; Tłuszcz: 60.17 g; Kw. tł. nasy.: 25.09 g; Węglowodany ogółem: 435.01 g; W tym cukry: 73.30 g; Błonnik pok.: 32.41 g; Sód: 3808.93 mg;	Wartość energetyczna: 2236.36 kcal; Białko ogółem: 81.84 g; Tłuszcz: 51.77 g; Kw. tł. nasy.: 24.53 g; Węglowodany ogółem: 373.27 g; W tym cukry: 84.54 g; Błonnik pok.: 17.92 g; Sód: 2136.65 mg;	Wartość energetyczna: 2430.36 kcal; Białko ogółem: 83.84 g; Tłuszcz: 52.37 g; Kw. tł. nasy.: 24.77 g; Węglowodany ogółem: 420.27 g; W tym cukry: 122.94 g; Błonnik pok.: 21.32 g; Sód: 2138.65 mg;	Wartość energetyczna: 2514.30 kcal; Białko ogółem: 97.25 g; Tłuszcz: 58.40 g; Kw. tł. nasy.: 26.93 g; Węglowodany ogółem: 413.83 g; W tym cukry: 100.29 g; Błonnik pok.: 21.56 g; Sód: 2538.10 mg;	Wartość energetyczna: 2176.14 kcal; Białko ogółem: 78.40 g; Tłuszcz: 61.06 g; Kw. tł. nasy.: 25.02 g; Węglowodany ogółem: 375.02 g; W tym cukry: 37.92 g; Błonnik pok.: 45.18 g; Sód: 3378.83 mg;	Wartość energetyczna: 2325.82 kcal; Białko ogółem: 82.80 g; Tłuszcz: 50.92 g; Kw. tł. nasy.: 23.87 g; Węglowodany ogółem: 398.03 g; W tym cukry: 99.05 g; Błonnik pok.: 21.79 g; Sód: 2499.89 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-03 do dnia 2026-08-16 KUCHNIA ŁÓDŹ

ŁÓDŹ- ZW D01 Podstawowa		ŁÓDŹ- ZW D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P02 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW D07 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW D05 Łatwo str. z ogr. tłuszczu
2026-08-04 wtorek	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>) Serek Fromage 60 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>) 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>) Serek Fromage 60 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	II ŚN					Chrupki kukurydziane 25 g
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos cygański 70 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 75 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos koperkowy * 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Buraczki gotowane drobno tarte 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Fasolowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Pulpet wieprzowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos koperkowy * 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Sos koperkowy * 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Buraczki gotowane drobno tarte 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Fasolowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Pulpet wieprzowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos cygański 70 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 75 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos koperkowy * 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Buraczki gotowane drobno tarte 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,</u>)				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,</u>)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 40 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 40 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 60 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 40 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u>) Rzodkiewka 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 40 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u>) Miód (25g) 1 szt
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE,</u>)				Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadanej 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Sałata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2932.97 kcal; Białko ogółem: 94.09 g; Tłuszcz: 88.36 g; Kw. tł. nasy.: 42.37 g; Węglowodany ogółem: 471.24 g; W tym cukry: 84.92 g; Błonnik pok.: 36.49 g; Sód: 3810.97 mg;	Wartość energetyczna: 2415.80 kcal; Białko ogółem: 90.03 g; Tłuszcz: 59.69 g; Kw. tł. nasy.: 27.65 g; Węglowodany ogółem: 394.14 g; W tym cukry: 88.70 g; Błonnik pok.: 19.40 g; Sód: 2228.43 mg;	Wartość energetyczna: 2467.90 kcal; Białko ogółem: 90.03 g; Tłuszcz: 59.69 g; Kw. tł. nasy.: 27.65 g; Węglowodany ogółem: 407.20 g; W tym cukry: 98.68 g; Błonnik pok.: 19.40 g; Sód: 2228.53 mg;	Wartość energetyczna: 2820.04 kcal; Białko ogółem: 119.28 g; Tłuszcz: 74.82 g; Kw. tł. nasy.: 31.54 g; Węglowodany ogółem: 434.70 g; W tym cukry: 100.00 g; Błonnik pok.: 24.76 g; Sód: 2532.92 mg;	Wartość energetyczna: 2615.27 kcal; Białko ogółem: 91.50 g; Tłuszcz: 86.48 g; Kw. tł. nasy.: 39.06 g; Węglowodany ogółem: 413.08 g; W tym cukry: 33.23 g; Błonnik pok.: 52.43 g; Sód: 3485.55 mg;
		Wartość energetyczna: 2485.24 kcal; Białko ogółem: 89.63 g; Tłuszcz: 59.58 g; Kw. tł. nasy.: 27.62 g; Węglowodany ogółem: 411.79 g; W tym cukry: 106.43 g; Błonnik pok.: 18.75 g; Sód: 2225.83 mg;				

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-03 do dnia 2026-08-16 KUCHNIA ŁÓDŹ

ŁÓDŹ- ZW D01 Podstawowa		ŁÓDŹ- ZW D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P02 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW D07 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW D05 Łatwo str. z ogr. tłuszczu	
2026-08-05 środa	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, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Paprykarz szczeciński 60 g (<u>RYB, SOJ</u>) Ogórek świeży 50 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>) Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ</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>) Paprykarz szczeciński 60 g (<u>RYB, SOJ</u>) Ogórek świeży 50 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 z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 60 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	II ŚN					Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (<u>MLE</u>)	
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, SO2</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Kotlet drobiowy panierowany z udźca 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Surówka z marchwi i jabłka b/c 75 g (<u>MLE</u>) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Filet z kurczaka gotowany 70 g Sos pietruszkowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Marchew gotowana z olejem 75 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml		Pieczarkowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, SO2</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Filet z kurczaka gotowany 70 g Sos pietruszkowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z marchwi i jabłka b/c 75 g (<u>MLE</u>) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Ryżowa* 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Filet z kurczaka gotowany 70 g Sos pietruszkowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	
	PD			Arbuz 150 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% 12 g (<u>MLE</u>) Połędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pomidor 50 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, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pomidor 50 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, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pomidor 50 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, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Połędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Buraczki gotowane 50 g	
PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt				Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 5 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2381.47 kcal; Białko ogółem: 75.87 g; Tłuszcz: 59.46 g; Kw. tł. nasy.: 22.58 g; Węglowodany ogółem: 415.74 g; W tym cukry: 74.48 g; Błonnik pok.: 29.26 g; Sód: 3881.29 mg;	Wartość energetyczna: 2123.19 kcal; Białko ogółem: 92.69 g; Tłuszcz: 39.97 g; Kw. tł. nasy.: 19.25 g; Węglowodany ogółem: 364.76 g; W tym cukry: 76.35 g; Błonnik pok.: 20.44 g; Sód: 2577.52 mg;	Wartość energetyczna: 2231.19 kcal; Białko ogółem: 94.49 g; Tłuszcz: 40.27 g; Kw. tł. nasy.: 19.25 g; Węglowodany ogółem: 389.96 g; W tym cukry: 99.15 g; Błonnik pok.: 21.34 g; Sód: 2580.52 mg;	Wartość energetyczna: 2235.24 kcal; Białko ogółem: 89.31 g; Tłuszcz: 47.77 g; Kw. tł. nasy.: 19.48 g; Węglowodany ogółem: 378.61 g; W tym cukry: 99.21 g; Błonnik pok.: 20.01 g; Sód: 3077.98 mg;	Wartość energetyczna: 2181.68 kcal; Białko ogółem: 97.16 g; Tłuszcz: 52.79 g; Kw. tł. nasy.: 22.93 g; Węglowodany ogółem: 372.71 g; W tym cukry: 54.52 g; Błonnik pok.: 37.35 g; Sód: 3524.26 mg;	Wartość energetyczna: 2124.23 kcal; Białko ogółem: 82.39 g; Tłuszcz: 41.36 g; Kw. tł. nasy.: 19.40 g; Węglowodany ogółem: 372.90 g; W tym cukry: 93.56 g; Błonnik pok.: 22.04 g; Sód: 2852.13 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-03 do dnia 2026-08-16 KUCHNIA ŁÓDŹ

ŁÓDŹ- ZW D01 Podstawowa		ŁÓDŹ- ZW D02 Łatwo strawna		ŁÓDŹ- ZW P02 Łatwo strawna dziecięca		ŁÓDŹ- ZW D07 Bogatobiałkowa		ŁÓDŹ- ZW D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		ŁÓDŹ- ZW D05 Łatwo str. z ogr. tłuszczu	
2026-08-06 czwartek	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 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 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>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 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>) Serek twarogowy homogenizowany 80 g (<u>MLE.</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>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 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>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek prażonych 100 g	
	II ŚN							Jabłko 1 szt 1 szt			
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Fasolka po bretońsku 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Salatka szwedzka z olejem b/c 75 g (<u>GOR.</u>)		Ziemniaczana * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 70 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Cukinia pieczona z olejem * 75 g		Ziemniaczana * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 70 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Cukinia pieczona z olejem * 75 g		Barszcz biały z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 70 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml Salatka szwedzka z olejem b/c 75 g (<u>GOR.</u>)		Ziemniaczana * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 70 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Cukinia pieczona z olejem * 75 g	
	PD			Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Salatka jarzynowa z olejem 100 g (<u>SEL.</u>)		Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Salatka jarzynowa z olejem 100 g (<u>SEL.</u>)		Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Salatka jarzynowa z olejem 100 g (<u>SEL.</u>)		Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Salatka jarzynowa z olejem 100 g (<u>SEL.</u>)		Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)	
	PN			Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)				Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Poledwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Salata zielona 5 g		Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	
	Wartość energetyczna: 2834.32 kcal; Białko ogółem: 84.94 g; Tłuszcz: 84.74 g; Kw. tł. nasy.: 37.36 g; Węglowodany ogółem: 466.52 g; W tym cukry: 65.76 g; Błonnik pok.: 39.56 g; Sód: 5201.38 mg;		Wartość energetyczna: 2413.58 kcal; Białko ogółem: 85.98 g; Tłuszcz: 68.43 g; Kw. tł. nasy.: 27.19 g; Węglowodany ogółem: 379.63 g; W tym cukry: 67.98 g; Błonnik pok.: 22.07 g; Sód: 2415.57 mg;		Wartość energetyczna: 2465.68 kcal; Białko ogółem: 85.98 g; Tłuszcz: 68.43 g; Kw. tł. nasy.: 27.19 g; Węglowodany ogółem: 392.69 g; W tym cukry: 77.96 g; Błonnik pok.: 22.07 g; Sód: 2415.67 mg;		Wartość energetyczna: 2713.26 kcal; Białko ogółem: 111.42 g; Tłuszcz: 84.68 g; Kw. tł. nasy.: 32.61 g; Węglowodany ogółem: 392.68 g; W tym cukry: 72.96 g; Błonnik pok.: 22.27 g; Sód: 2797.72 mg;		Wartość energetyczna: 2276.06 kcal; Białko ogółem: 88.68 g; Tłuszcz: 70.46 g; Kw. tł. nasy.: 27.38 g; Węglowodany ogółem: 367.79 g; W tym cukry: 37.26 g; Błonnik pok.: 43.70 g; Sód: 3671.15 mg;		Wartość energetyczna: 2468.75 kcal; Białko ogółem: 84.51 g; Tłuszcz: 63.28 g; Kw. tł. nasy.: 26.79 g; Węglowodany ogółem: 403.86 g; W tym cukry: 86.85 g; Błonnik pok.: 20.91 g; Sód: 2353.28 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-03 do dnia 2026-08-16 KUCHNIA ŁÓDŹ

		ŁÓDŹ- ZW D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P02 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW D07 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW D05 Łatwo str. z ogr. tłuszczu	
2026-08-07 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> .) Herbata czarna granulowana z/c 250 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 50 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> .) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</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 50 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> .) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u>) Marchew gotowana z olejem 50 g	
	II SN						Arbuz 100 g	
	Obiad	Szpinakowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Pulpet rybny (Morszczuk) 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 70 g (<u>RYB.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g (<u>SEL.</u>) Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 70 g (<u>RYB.</u>) Sos ziołowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g (<u>SEL.</u>) Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 2 [Por] x 70 g (<u>RYB.</u>) Sos ziołowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g (<u>SEL.</u>) Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 70 g (<u>RYB.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 70 g (<u>RYB.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g (<u>SEL.</u>) Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	
	PD				Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 100 g (<u>SEL.</u>)	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek na słodko 40 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Dżem 20 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 na słodko 40 g (<u>MLE.</u>) Dżem 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek na słodko 40 g (<u>MLE.</u>) Dżem 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek na słodko 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>) Dżem 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	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>) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt
			Wartość energetyczna: 2389.89 kcal; Białko ogółem: 82.57 g; Tłuszcz: 50.42 g; Kw. tł. nasy.: 22.07 g; Węglowodany ogółem: 428.64 g; W tym cukry: 97.49 g; Błonnik pok.: 28.89 g; Sód: 3377.10 mg;	Wartość energetyczna: 2195.40 kcal; Białko ogółem: 86.69 g; Tłuszcz: 48.74 g; Kw. tł. nasy.: 21.53 g; Węglowodany ogółem: 365.60 g; W tym cukry: 101.14 g; Błonnik pok.: 19.84 g; Sód: 2137.87 mg;	Wartość energetyczna: 2430.36 kcal; Białko ogółem: 91.75 g; Tłuszcz: 50.56 g; Kw. tł. nasy.: 22.14 g; Węglowodany ogółem: 388.44 g; W tym cukry: 96.80 g; Błonnik pok.: 20.92 g; Sód: 2287.46 mg;	Wartość energetyczna: 2449.74 kcal; Białko ogółem: 120.85 g; Tłuszcz: 59.92 g; Kw. tł. nasy.: 24.72 g; Węglowodany ogółem: 369.70 g; W tym cukry: 100.64 g; Błonnik pok.: 20.06 g; Sód: 2378.47 mg;	Wartość energetyczna: 2180.14 kcal; Białko ogółem: 93.49 g; Tłuszcz: 61.94 g; Kw. tł. nasy.: 26.74 g; Węglowodany ogółem: 357.85 g; W tym cukry: 50.40 g; Błonnik pok.: 43.83 g; Sód: 3102.35 mg;	Wartość energetyczna: 2189.40 kcal; Białko ogółem: 88.36 g; Tłuszcz: 48.58 g; Kw. tł. nasy.: 21.16 g; Węglowodany ogółem: 368.26 g; W tym cukry: 102.50 g; Błonnik pok.: 21.45 g; Sód: 2405.64 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-03 do dnia 2026-08-16 KUCHNIA ŁÓDŹ

ŁÓDŹ- ZW D01 Podstawowa		ŁÓDŹ- ZW D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P02 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW D07 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW D05 Łatwo str. z ogr. tłuszczu	
2026-08-08 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>) Polędwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</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>) Polędwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</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>) Paszтет z soczewicy * 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</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% 15 g (<u>MLE.</u>) Polędwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Buraczki gotowane 50 g	
	II ŚN	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)					
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Warzywa po grecku 75 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kalaflor gotowany* 75 g		Koperkowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Warzywa po grecku 75 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kalaflor gotowany* 75 g	Koperkowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 250 g Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Kalaflor gotowany* 75 g	Koperkowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Warzywa po grecku 75 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kalaflor gotowany* 75 g	
	PD			Wafelki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt	
	Kolacja	Musztarda 20 g (<u>GOR.</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% 10 g (<u>MLE.</u>) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 80 g (<u>SOJ.</u>) Salatka wiosenna 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Salatka wiosenna - diety 50 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>) Salatka wiosenna - diety 50 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>) Salatka wiosenna 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Musztarda 20 g (<u>GOR.</u>) Salatka wiosenna 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)
	PN	Jabłko 1 szt 1 szt					Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser topiony 20 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 5 g
	Wartość energetyczna: 2629.46 kcal; Białko ogółem: 80.95 g; Tłuszcz: 73.99 g; Kw. tł. nasy.: 24.77 g; Węglowodany ogółem: 440.78 g; W tym cukry: 63.57 g; Błonnik pok.: 34.71 g; Sód: 3836.15 mg;	Wartość energetyczna: 2178.97 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 52.62 g; Kw. tł. nasy.: 19.71 g; Węglowodany ogółem: 368.21 g; W tym cukry: 63.68 g; Błonnik pok.: 20.90 g; Sód: 2433.13 mg;	Wartość energetyczna: 2495.52 kcal; Białko ogółem: 80.22 g; Tłuszcz: 76.61 g; Kw. tł. nasy.: 30.00 g; Węglowodany ogółem: 386.49 g; W tym cukry: 63.76 g; Błonnik pok.: 20.98 g; Sód: 2799.53 mg;	Wartość energetyczna: 2555.25 kcal; Białko ogółem: 97.45 g; Tłuszcz: 79.58 g; Kw. tł. nasy.: 29.05 g; Węglowodany ogółem: 377.33 g; W tym cukry: 66.95 g; Błonnik pok.: 21.60 g; Sód: 3391.23 mg;	Wartość energetyczna: 2570.98 kcal; Białko ogółem: 94.93 g; Tłuszcz: 74.74 g; Kw. tł. nasy.: 28.37 g; Węglowodany ogółem: 423.23 g; W tym cukry: 48.61 g; Błonnik pok.: 49.97 g; Sód: 3430.35 mg;	Wartość energetyczna: 2195.25 kcal; Białko ogółem: 74.02 g; Tłuszcz: 48.38 g; Kw. tł. nasy.: 19.41 g; Węglowodany ogółem: 381.86 g; W tym cukry: 74.11 g; Błonnik pok.: 21.08 g; Sód: 2429.28 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-03 do dnia 2026-08-16 KUCHNIA ŁÓDŹ

		ŁÓDŹ- ZW D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P02 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW D07 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW D05 Łatwo str. z ogr. tłuszczu	
2026-08-09 niedziela	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 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>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Arbuz 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 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>) Pasta z twarogu waniliowa 60 g (<u>MLE.</u>) Arbuz 100 g		Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu waniliowa 80 g (<u>MLE.</u>) Arbuz 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Arbuz 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 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>) Pasta z twarogu waniliowa 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	II ŚN						Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 75 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml			Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 75 g Dynia duszona z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	
	PD		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Baleron z indyka kielbasa drobiowa grubo rozdrobniona parzona z dodatkiem białka wieprzowego w osłonce niejadalnej 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml		Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml	Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 50 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>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Marchew gotowana z olejem 50 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml	
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g					Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 20 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 5 g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g
		Wartość energetyczna: 2374.67 kcal; Białko ogółem: 85.23 g; Tłuszcz: 61.63 g; Kw. tł. nasy.: 31.04 g; Węglowodany ogółem: 394.11 g; W tym cukry: 63.52 g; Błonnik pok.: 27.23 g; Sód: 4111.22 mg;	Wartość energetyczna: 2055.81 kcal; Białko ogółem: 86.24 g; Tłuszcz: 43.20 g; Kw. tł. nasy.: 21.01 g; Węglowodany ogółem: 343.59 g; W tym cukry: 69.59 g; Błonnik pok.: 17.01 g; Sód: 2411.48 mg;	Wartość energetyczna: 2107.91 kcal; Białko ogółem: 86.24 g; Tłuszcz: 43.20 g; Kw. tł. nasy.: 21.01 g; Węglowodany ogółem: 356.65 g; W tym cukry: 79.57 g; Błonnik pok.: 17.01 g; Sód: 2411.58 mg;	Wartość energetyczna: 2162.90 kcal; Białko ogółem: 95.53 g; Tłuszcz: 47.57 g; Kw. tł. nasy.: 22.91 g; Węglowodany ogółem: 351.12 g; W tym cukry: 74.89 g; Błonnik pok.: 17.01 g; Sód: 2656.89 mg;	Wartość energetyczna: 2189.78 kcal; Białko ogółem: 100.09 g; Tłuszcz: 64.65 g; Kw. tł. nasy.: 32.15 g; Węglowodany ogółem: 345.84 g; W tym cukry: 32.62 g; Błonnik pok.: 36.23 g; Sód: 3881.26 mg;	Wartość energetyczna: 2106.36 kcal; Białko ogółem: 85.53 g; Tłuszcz: 46.46 g; Kw. tł. nasy.: 21.31 g; Węglowodany ogółem: 349.43 g; W tym cukry: 71.67 g; Błonnik pok.: 20.56 g; Sód: 2427.44 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-03 do dnia 2026-08-16 KUCHNIA ŁÓDŹ

ŁÓDŹ- ZW D01 Podstawowa		ŁÓDŹ- ZW D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P02 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW D07 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW D05 Łatwo str. z ogr. tłuszczu
2026-08-10 poniedziałek	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>) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g				Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i rzodkiewki 60 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 50 g
	II ŚN					Budyń o smaku czekoladowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 100 g Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml				Wielowarzywna z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Pulpet wieprzowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos dyniowy * 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml
	PD		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)	Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Poledwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pomidor 50 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>) Poledwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pomidor 50 g
	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>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 5 g
Wartość energetyczna: 2413.17 kcal; Białko ogółem: 68.30 g; Tłuszcz: 51.90 g; Kw. tł. nasy.: 24.00 g; Węglowodany ogółem: 446.62 g; W tym cukry: 101.24 g; Błonnik pok.: 29.87 g; Sód: 3365.79 mg;		Wartość energetyczna: 2146.13 kcal; Białko ogółem: 67.44 g; Tłuszcz: 42.23 g; Kw. tł. nasy.: 21.06 g; Węglowodany ogółem: 386.93 g; W tym cukry: 99.04 g; Błonnik pok.: 17.08 g; Sód: 1987.52 mg;	Wartość energetyczna: 2198.23 kcal; Białko ogółem: 67.44 g; Tłuszcz: 42.23 g; Kw. tł. nasy.: 21.06 g; Węglowodany ogółem: 399.99 g; W tym cukry: 109.02 g; Błonnik pok.: 17.08 g; Sód: 1987.62 mg;	Wartość energetyczna: 2278.05 kcal; Białko ogółem: 77.00 g; Tłuszcz: 45.91 g; Kw. tł. nasy.: 22.65 g; Węglowodany ogółem: 402.74 g; W tym cukry: 105.30 g; Błonnik pok.: 17.49 g; Sód: 2238.71 mg;	Wartość energetyczna: 2306.83 kcal; Białko ogółem: 92.93 g; Tłuszcz: 64.44 g; Kw. tł. nasy.: 26.24 g; Węglowodany ogółem: 382.11 g; W tym cukry: 44.51 g; Błonnik pok.: 47.32 g; Sód: 3126.27 mg;	Wartość energetyczna: 2382.82 kcal; Białko ogółem: 82.01 g; Tłuszcz: 57.70 g; Kw. tł. nasy.: 22.54 g; Węglowodany ogółem: 399.85 g; W tym cukry: 98.48 g; Błonnik pok.: 23.31 g; Sód: 2619.69 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-03 do dnia 2026-08-16 KUCHNIA ŁÓDŹ

ŁÓDŹ- ZW D01 Podstawowa		ŁÓDŹ- ZW D02 Łatwo strawna		ŁÓDŹ- ZW P02 Łatwo strawna dziecięca		ŁÓDŹ- ZW D07 Bogatobiałkowa		ŁÓDŹ- ZW D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		ŁÓDŹ- ZW D05 Łatwo str. z ogr. tłuszczu	
2026-08-11 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Ogórek świeży 50 g		Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</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 50 g		Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (<u>SEL,</u>)	
	II ŚN							Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)			
	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Szynka wieprzowa pieczona 70 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Buraczki gotowane 75 g		Solferino * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Szynka wieprzowa pieczona 70 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Marchew gotowana z olejem 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Buraczki gotowane 75 g		Solferino * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Szynka wieprzowa pieczona 70 g Zrazik wieprzowy pieczony mielony 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Marchew gotowana z olejem 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Buraczki gotowane 75 g		Grochowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Szynka wieprzowa pieczona 70 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 75 g		Solferino * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Szynka wieprzowa pieczona 70 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Marchew gotowana z olejem 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Buraczki gotowane 75 g	
	PD			Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,</u>)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,</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 Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Kalafor gotowany* 50 g		Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Kalafor gotowany* 50 g		Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Kalafor gotowany* 50 g		Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Kalafor gotowany* 50 g		Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	PN			Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt				Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Poledwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Sałata zielona 5 g		Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	
Wartość energetyczna: 2468.46 kcal; Białko ogółem: 92.16 g; Tłuszcz: 53.15 g; Kw. tł. nasy.: 22.63 g; Węglowodany ogółem: 439.26 g; W tym cukry: 74.52 g; Błonnik pok.: 35.45 g; Sód: 3635.45 mg;		Wartość energetyczna: 2180.04 kcal; Białko ogółem: 84.42 g; Tłuszcz: 48.04 g; Kw. tł. nasy.: 21.97 g; Węglowodany ogółem: 370.10 g; W tym cukry: 79.41 g; Błonnik pok.: 20.92 g; Sód: 2422.67 mg;		Wartość energetyczna: 2232.14 kcal; Białko ogółem: 84.42 g; Tłuszcz: 48.04 g; Kw. tł. nasy.: 21.97 g; Węglowodany ogółem: 383.16 g; W tym cukry: 89.39 g; Błonnik pok.: 20.92 g; Sód: 2422.77 mg;		Wartość energetyczna: 2437.62 kcal; Białko ogółem: 106.71 g; Tłuszcz: 60.97 g; Kw. tł. nasy.: 25.91 g; Węglowodany ogółem: 383.32 g; W tym cukry: 83.72 g; Błonnik pok.: 21.13 g; Sód: 2812.43 mg;		Wartość energetyczna: 2215.66 kcal; Białko ogółem: 97.98 g; Tłuszcz: 59.91 g; Kw. tł. nasy.: 23.98 g; Węglowodany ogółem: 367.77 g; W tym cukry: 20.56 g; Błonnik pok.: 43.43 g; Sód: 3401.60 mg;		Wartość energetyczna: 2244.40 kcal; Białko ogółem: 85.76 g; Tłuszcz: 48.77 g; Kw. tł. nasy.: 21.67 g; Węglowodany ogółem: 389.36 g; W tym cukry: 94.84 g; Błonnik pok.: 24.43 g; Sód: 2666.97 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-03 do dnia 2026-08-16 KUCHNIA ŁÓDŹ

ŁÓDŹ- ZW D01 Podstawowa		ŁÓDŹ- ZW D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P02 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW D07 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW D05 Łatwo str. z ogr. tłuszczu
2026-08-12 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 60 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 60 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 60 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 80 g (<u>MLE</u>) 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>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt
	II SN				Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	
	Obiad	Grysikowa * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z marchwi i jabłka b/c 75 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Cukinia pieczona z olejem * 75 g	Grysikowa * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g	Grysikowa * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 2 [Por] x 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Grysikowa * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z marchwi i jabłka b/c 75 g (<u>MLE</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Grysikowa * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z marchwi i jabłka b/c 75 g (<u>MLE</u>) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g
	PD		Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE</u>)	Surówka z kapusty czerwonej z olejem 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>) Szprot w sosie pomidorowym 60 g (<u>RYB, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Rzodkiewka 50 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>) Paszтет rybny z warzywami (Morszczuk) ** 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL</u>) Pomidor 50 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>) Paszтет rybny z warzywami (Morszczuk) ** 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szprot w sosie pomidorowym 60 g (<u>RYB, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Rzodkiewka 50 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>) Poledwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Dżem 50 g
	PN	Banan 1szt. 1 szt				Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 20 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>) Sałata zielona 5 g
Wartość energetyczna: 2582.04 kcal; Białko ogółem: 82.32 g; Tłuszcz: 58.22 g; Kw. tł. nasy.: 24.64 g; Węglowodany ogółem: 463.86 g; W tym cukry: 115.74 g; Błonnik pok.: 34.62 g; Sód: 3281.08 mg;		Wartość energetyczna: 2476.05 kcal; Białko ogółem: 91.38 g; Tłuszcz: 54.06 g; Kw. tł. nasy.: 22.23 g; Węglowodany ogółem: 421.26 g; W tym cukry: 114.90 g; Błonnik pok.: 22.51 g; Sód: 2163.84 mg;	Wartość energetyczna: 2540.05 kcal; Białko ogółem: 95.28 g; Tłuszcz: 57.06 g; Kw. tł. nasy.: 23.42 g; Węglowodany ogółem: 426.56 g; W tym cukry: 119.10 g; Błonnik pok.: 22.51 g; Sód: 2226.84 mg;	Wartość energetyczna: 2943.18 kcal; Białko ogółem: 121.99 g; Tłuszcz: 79.99 g; Kw. tł. nasy.: 31.58 g; Węglowodany ogółem: 452.70 g; W tym cukry: 116.99 g; Błonnik pok.: 25.05 g; Sód: 2675.84 mg;	Wartość energetyczna: 2164.95 kcal; Białko ogółem: 88.52 g; Tłuszcz: 61.76 g; Kw. tł. nasy.: 25.58 g; Węglowodany ogółem: 356.51 g; W tym cukry: 34.74 g; Błonnik pok.: 38.94 g; Sód: 3095.17 mg;	Wartość energetyczna: 2419.45 kcal; Białko ogółem: 80.50 g; Tłuszcz: 52.35 g; Kw. tł. nasy.: 21.91 g; Węglowodany ogółem: 420.74 g; W tym cukry: 131.73 g; Błonnik pok.: 20.36 g; Sód: 2368.02 mg;

ŁÓDŹ- ZW D01 Podstawowa		ŁÓDŹ- ZW D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P02 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW D07 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW D05 Łatwo str. z ogr. tłuszczu
2026-08-13 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Pomidor 50 g				
	II SN	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Pomidor 50 g Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>)				
	Obiad	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Pomidor 50 g				
	PD	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Pomidor 50 g				
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Pomidor 50 g				
PN		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</u>)				
Wartość energetyczna: 2446.75 kcal; Białko ogółem: 81.27 g; Tłuszcz: 57.02 g; Kw. tł. nasy.: 23.63 g; Węglowodany ogółem: 432.17 g; W tym cukry: 73.36 g; Błonnik pok.: 30.83 g; Sód: 3973.41 mg;		Wartość energetyczna: 2277.83 kcal; Białko ogółem: 78.95 g; Tłuszcz: 55.33 g; Kw. tł. nasy.: 23.17 g; Węglowodany ogółem: 381.77 g; W tym cukry: 76.54 g; Błonnik pok.: 20.19 g; Sód: 2652.58 mg;	Wartość energetyczna: 2385.83 kcal; Białko ogółem: 80.75 g; Tłuszcz: 55.63 g; Kw. tł. nasy.: 23.17 g; Węglowodany ogółem: 406.97 g; W tym cukry: 99.34 g; Błonnik pok.: 21.09 g; Sód: 2655.58 mg;	Wartość energetyczna: 2579.55 kcal; Białko ogółem: 104.25 g; Tłuszcz: 71.79 g; Kw. tł. nasy.: 28.45 g; Węglowodany ogółem: 395.20 g; W tym cukry: 80.85 g; Błonnik pok.: 20.40 g; Sód: 3230.45 mg;	Wartość energetyczna: 2318.55 kcal; Białko ogółem: 94.21 g; Tłuszcz: 65.86 g; Kw. tł. nasy.: 26.19 g; Węglowodany ogółem: 384.40 g; W tym cukry: 50.35 g; Błonnik pok.: 43.83 g; Sód: 3709.87 mg;	Wartość energetyczna: 2341.49 kcal; Białko ogółem: 79.30 g; Tłuszcz: 57.13 g; Kw. tł. nasy.: 23.29 g; Węglowodany ogółem: 394.34 g; W tym cukry: 86.31 g; Błonnik pok.: 22.63 g; Sód: 2699.57 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-03 do dnia 2026-08-16 KUCHNIA ŁÓDŹ

ŁÓDŹ- ZW D01 Podstawowa		ŁÓDŹ- ZW D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P02 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW D07 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW D05 Łatwo str. z ogr. tłuszczu	
2026-08-14 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>) Serek twarogowy homogenizowany 40 g (<u>MLE,</u>) Powidła śliwkowe 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek twarogowy homogenizowany 40 g (<u>MLE,</u>) Dżem 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek twarogowy homogenizowany 80 g (<u>MLE,</u>) 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>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek twarogowy homogenizowany 40 g (<u>MLE,</u>) Dżem 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	II ŚN					Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)	
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Ryba smażona (Morszczuk) 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem 75 g Warzywa po grecku 75 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ryżowa* 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Pulpet rybny (Morszczuk) 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Warzywa po grecku 75 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ryżowa* 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Pulpet rybny (Morszczuk) 140 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Warzywa po grecku 75 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Pulpet rybny (Morszczuk) 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem 75 g Warzywa po grecku 75 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Ryżowa* 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Pulpet rybny (Morszczuk) 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Warzywa po grecku 75 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	
	PD		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>)	Surówka z selera i jabłka b/c 100 g (<u>MLE, 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Ogórek świeży 50 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Salata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Ogórek świeży 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,</u>)
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)				Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 5 g	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)
		Wartość energetyczna: 2728.68 kcal; Białko ogółem: 90.90 g; Tłuszcz: 61.53 g; Kw. tł. nasy.: 23.31 g; Węglowodany ogółem: 454.73 g; W tym cukry: 88.62 g; Błonnik pok.: 31.65 g; Sód: 3495.23 mg;	Wartość energetyczna: 2447.80 kcal; Białko ogółem: 87.41 g; Tłuszcz: 51.00 g; Kw. tł. nasy.: 22.24 g; Węglowodany ogółem: 396.41 g; W tym cukry: 89.18 g; Błonnik pok.: 18.98 g; Sód: 2163.71 mg;	Wartość energetyczna: 2459.20 kcal; Białko ogółem: 87.41 g; Tłuszcz: 51.00 g; Kw. tł. nasy.: 22.24 g; Węglowodany ogółem: 399.30 g; W tym cukry: 88.98 g; Błonnik pok.: 18.98 g; Sód: 2163.70 mg;	Wartość energetyczna: 2763.40 kcal; Białko ogółem: 119.93 g; Tłuszcz: 63.66 g; Kw. tł. nasy.: 27.26 g; Węglowodany ogółem: 417.07 g; W tym cukry: 83.48 g; Błonnik pok.: 20.84 g; Sód: 2820.55 mg;	Wartość energetyczna: 2222.96 kcal; Białko ogółem: 97.17 g; Tłuszcz: 64.00 g; Kw. tł. nasy.: 28.75 g; Węglowodany ogółem: 361.01 g; W tym cukry: 42.06 g; Błonnik pok.: 42.98 g; Sód: 3270.91 mg;	Wartość energetyczna: 2463.43 kcal; Białko ogółem: 85.27 g; Tłuszcz: 47.03 g; Kw. tł. nasy.: 20.73 g; Węglowodany ogółem: 411.45 g; W tym cukry: 99.02 g; Błonnik pok.: 18.79 g; Sód: 2505.57 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-03 do dnia 2026-08-16 KUCHNIA ŁÓDŹ

ŁÓDŹ- ZW D01 Podstawowa		ŁÓDŹ- ZW D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P02 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW D07 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW D05 Łatwo str. z ogr. tłuszczu	
2026-08-15 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 z ryżu, brokułów i wędliny drobiu - dieta 100 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>)			Herbata czarna granulowana b/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 i białka sojowego 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, 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% 15 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (<u>SEL.</u>)	
	II ŚN				Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)		
	Obiad	Selerowa z ziemniakami * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Surówka z kapusty białej z olejem 75 g	Selerowa z ziemniakami * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Kalaflor gotowany* 75 g	Selerowa z ziemniakami * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Buraczki gotowane drobno tarte 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Kalaflor gotowany* 75 g	Selerowa z ziemniakami * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Surówka z kapusty białej z olejem 75 g	Selerowa z ziemniakami * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	
	PD			Jabłko 1 szt 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 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 50 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>) Pomidor 50 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>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE.</u>)			Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE.</u>)	
		Wartość energetyczna: 2407.07 kcal; Białko ogółem: 75.05 g; Tłuszcz: 65.11 g; Kw. tł. nasy.: 26.57 g; Węglowodany ogółem: 409.86 g; W tym cukry: 63.02 g; Błonnik pok.: 34.52 g; Sód: 4110.07 mg;	Wartość energetyczna: 1994.88 kcal; Białko ogółem: 70.66 g; Tłuszcz: 43.57 g; Kw. tł. nasy.: 21.47 g; Węglowodany ogółem: 347.38 g; W tym cukry: 61.71 g; Błonnik pok.: 22.99 g; Sód: 2287.95 mg;	Wartość energetyczna: 2222.81 kcal; Białko ogółem: 75.62 g; Tłuszcz: 58.61 g; Kw. tł. nasy.: 25.69 g; Węglowodany ogółem: 366.41 g; W tym cukry: 76.34 g; Błonnik pok.: 26.07 g; Sód: 2656.39 mg;	Wartość energetyczna: 2438.18 kcal; Białko ogółem: 102.12 g; Tłuszcz: 75.10 g; Kw. tł. nasy.: 30.68 g; Węglowodany ogółem: 355.03 g; W tym cukry: 66.03 g; Błonnik pok.: 23.11 g; Sód: 3206.74 mg;	Wartość energetyczna: 2208.89 kcal; Białko ogółem: 84.25 g; Tłuszcz: 57.21 g; Kw. tł. nasy.: 26.91 g; Węglowodany ogółem: 385.84 g; W tym cukry: 48.62 g; Błonnik pok.: 44.35 g; Sód: 3443.75 mg;	Wartość energetyczna: 2044.83 kcal; Białko ogółem: 73.16 g; Tłuszcz: 45.69 g; Kw. tł. nasy.: 21.88 g; Węglowodany ogółem: 353.31 g; W tym cukry: 78.29 g; Błonnik pok.: 25.31 g; Sód: 2511.62 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-03 do dnia 2026-08-16 KUCHNIA ŁÓDŹ

ŁÓDŹ- ZW D01 Podstawowa		ŁÓDŹ- ZW D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P02 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW D07 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW D05 Łatwo str. z ogr. tłuszczu	
2026-08-16 niedziela	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g		Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z papryką 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	II ŚN					Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Kotlet schabowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Mizeria 75 g (<u>MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Bitka schabowa duszona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Szpinak gotowany z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Bitka schabowa duszona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pulpet wieprzowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Szpinak gotowany z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Bitka schabowa duszona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mizeria 75 g (<u>MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Bitka schabowa duszona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Szpinak gotowany z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ.</u>)	
	PD	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>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)	
PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g				Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 20 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 5 g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g	
	Wartość energetyczna: 2255.92 kcal; Białko ogółem: 79.94 g; Tłuszcz: 51.27 g; Kw. tł. nasy.: 21.78 g; Węglowodany ogółem: 393.80 g; W tym cukry: 51.47 g; Błonnik pok.: 24.75 g; Sód: 3586.06 mg;	Wartość energetyczna: 2076.92 kcal; Białko ogółem: 87.82 g; Tłuszcz: 48.46 g; Kw. tł. nasy.: 21.15 g; Węglowodany ogółem: 333.42 g; W tym cukry: 53.50 g; Błonnik pok.: 14.94 g; Sód: 2384.18 mg;	Wartość energetyczna: 2166.92 kcal; Białko ogółem: 90.62 g; Tłuszcz: 50.96 g; Kw. tł. nasy.: 22.03 g; Węglowodany ogółem: 347.42 g; W tym cukry: 59.00 g; Błonnik pok.: 15.24 g; Sód: 2431.18 mg;	Wartość energetyczna: 2392.38 kcal; Białko ogółem: 113.20 g; Tłuszcz: 62.31 g; Kw. tł. nasy.: 25.66 g; Węglowodany ogółem: 355.98 g; W tym cukry: 59.79 g; Błonnik pok.: 15.44 g; Sód: 2755.91 mg;	Wartość energetyczna: 2070.08 kcal; Białko ogółem: 97.60 g; Tłuszcz: 54.42 g; Kw. tł. nasy.: 24.51 g; Węglowodany ogółem: 337.49 g; W tym cukry: 20.62 g; Błonnik pok.: 33.05 g; Sód: 3474.31 mg;	Wartość energetyczna: 2168.97 kcal; Białko ogółem: 88.16 g; Tłuszcz: 47.33 g; Kw. tł. nasy.: 19.91 g; Węglowodany ogółem: 359.70 g; W tym cukry: 74.32 g; Błonnik pok.: 17.10 g; Sód: 2620.29 mg;	

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