

Jadłospisy za okres od dnia 2025-12-22 do dnia 2026-01-04 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	
2025-12-22 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g		Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka Połędwicowa drobiowa z dodatkiem miesa wieprzowego, białka mleka z połączonych kawałków mięsa. 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Połędwicowa drobiowa z dodatkiem miesa wieprzowego, białka mleka z połączonych kawałków mięsa. 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	II śN	Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)				Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet drobiowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z selera i jabłka b/c 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ryżowa* 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet drobiowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z selera i jabłka b/c 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ryżowa* 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet drobiowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pulpet drobiowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ryżowa* 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet drobiowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pulpet drobiowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Fasolowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet drobiowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z selera i jabłka b/c 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Ryżowa* 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet drobiowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Banan 1szt. 1 szt		Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, 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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 80 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pasta warzywna* 80 g (<u>SEL.</u>)	
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)				Połędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałata zielona 5 g	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)
Wartość energetyczna: 2562.71 kcal; Białko ogółem: 87.86 g; Tłuszcz: 60.96 g; Kw. tł. nasy.: 25.46 g; Węglowodany ogółem: 432.05 g; W tym cukry: 68.71 g; Błonnik pok.: 39.82 g; Sól: 11.16 g;		Wartość energetyczna: 2250.53 kcal; Białko ogółem: 76.24 g; Tłuszcz: 58.84 g; Kw. tł. nasy.: 24.13 g; Węglowodany ogółem: 363.61 g; W tym cukry: 74.63 g; Błonnik pok.: 22.24 g; Sól: 6.81 g;	Wartość energetyczna: 2532.78 kcal; Białko ogółem: 82.81 g; Tłuszcz: 61.46 g; Kw. tł. nasy.: 26.86 g; Węglowodany ogółem: 424.28 g; W tym cukry: 114.41 g; Błonnik pok.: 26.39 g; Sól: 6.85 g;	Wartość energetyczna: 2621.12 kcal; Białko ogółem: 100.20 g; Tłuszcz: 73.27 g; Kw. tł. nasy.: 27.81 g; Węglowodany ogółem: 401.96 g; W tym cukry: 93.19 g; Błonnik pok.: 25.69 g; Sól: 8.20 g;	Wartość energetyczna: 2329.71 kcal; Białko ogółem: 93.30 g; Tłuszcz: 66.52 g; Kw. tł. nasy.: 27.39 g; Węglowodany ogółem: 364.18 g; W tym cukry: 29.76 g; Błonnik pok.: 48.55 g; Sól: 10.75 g;	Wartość energetyczna: 2368.77 kcal; Białko ogółem: 78.67 g; Tłuszcz: 61.68 g; Kw. tł. nasy.: 23.92 g; Węglowodany ogółem: 386.16 g; W tym cukry: 90.03 g; Błonnik pok.: 27.01 g; Sól: 8.22 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-12-22 do dnia 2026-01-04 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
2025-12-23 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>) Hummus 80 g (<u>SEZ,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Hummus 80 g (<u>SEZ,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	II ŚN				Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
	Obiad	Ogórkowa 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>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Buraczki gotowane 75 g	Brokułowa 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>) Buraczki gotowane 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Buraczki gotowane 75 g	Ogórkowa 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>) Buraczki gotowane 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Buraczki gotowane 75 g	Ogórkowa 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 kapusty białej z olejem b/c 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Buraczki gotowane 75 g	Brokułowa 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>) Buraczki gotowane 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Buraczki gotowane 75 g
	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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 15 g	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml 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 60 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 60 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 80 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</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 z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 60 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 60 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u>) Miód 25 g
PN	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt			Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 5 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 20 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u>)	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2889.68 kcal; Białko ogółem: 90.19 g; Tłuszcz: 77.28 g; Kw. tł. nasy.: 25.14 g; Węglowodany ogółem: 468.37 g; W tym cukry: 97.31 g; Błonnik pok.: 32.07 g; Sól: 10.55 g;	Wartość energetyczna: 2535.97 kcal; Białko ogółem: 96.14 g; Tłuszcz: 55.36 g; Kw. tł. nasy.: 24.52 g; Węglowodany ogółem: 421.43 g; W tym cukry: 103.45 g; Błonnik pok.: 20.95 g; Sól: 5.74 g;	Wartość energetyczna: 2652.97 kcal; Białko ogółem: 98.57 g; Tłuszcz: 57.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.52 g; Węglowodany ogółem: 443.33 g; W tym cukry: 103.45 g; Błonnik pok.: 20.95 g; Sól: 5.74 g;	Wartość energetyczna: 2816.33 kcal; Białko ogółem: 116.82 g; Tłuszcz: 70.44 g; Kw. tł. nasy.: 30.73 g; Węglowodany ogółem: 437.49 g; W tym cukry: 104.07 g; Błonnik pok.: 22.38 g; Sól: 7.29 g;	Wartość energetyczna: 2721.10 kcal; Białko ogółem: 102.31 g; Tłuszcz: 90.56 g; Kw. tł. nasy.: 30.10 g; Węglowodany ogółem: 390.97 g; W tym cukry: 35.72 g; Błonnik pok.: 49.28 g; Sól: 12.53 g;	Wartość energetyczna: 2599.81 kcal; Białko ogółem: 95.20 g; Tłuszcz: 55.17 g; Kw. tł. nasy.: 24.47 g; Węglowodany ogółem: 438.10 g; W tym cukry: 102.21 g; Błonnik pok.: 19.72 g; Sól: 5.73 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-12-22 do dnia 2026-01-04 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	
2025-12-24 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</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 kiszony 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>) Twarożek z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	II ŚN				Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (<u>MLE</u>)		
	Obiad	Barszcz czerwony z makaronem* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Kotlet z ryby (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot z suszu 300 ml	Barszcz czerwony z makaronem* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g (<u>SEL</u>) Kompot z suszu 300 ml	Barszcz czerwony z makaronem* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB</u>) Sos koperkowy * 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g (<u>SEL</u>) Kompot z suszu 300 ml	Barszcz czerwony z makaronem* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Kotlet z ryby (Morszczuk) 160 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Sos koperkowy * 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g (<u>SEL</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot z suszu 300 ml	Barszcz czerwony z makaronem* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB</u>) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g (<u>SEL</u>) Kompot z suszu b/c 300 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD		Banan 1szt. 1 szt	Koktajl wielowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml		
	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>) Ryba w galarecie (Morszczuk) () 80 g (<u>RYB</u>) Kapusta z grochem () 100 g Pierogi z kapustą i grzybami* 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Makowiec 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</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>) Ryba w galarecie (Morszczuk) () 80 g (<u>RYB</u>) Pomidor 50 g Pierogi ze szpinakiem * 150 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02</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>) Ryba w galarecie (Morszczuk) () 150 g (<u>RYB</u>) Pomidor 50 g Pierogi ze szpinakiem * 150 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ryba w galarecie (Morszczuk) () 80 g (<u>RYB</u>) Kapusta z grochem () 100 g Pierogi z kapustą i grzybami* 150 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Mandarynka 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>) Ryba w galarecie (Morszczuk) () 80 g (<u>RYB</u>) Pierogi ze szpinakiem * 150 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02</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>) Sałata zielona 5 g Południca Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 20 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR</u>)	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt		
	Wartość energetyczna: 3242.46 kcal; Białko ogółem: 111.91 g; Tłuszcz: 78.72 g; Kw. tł. nasy.: 24.68 g; Węglowodany ogółem: 533.57 g; W tym cukry: 83.78 g; Błonnik pok.: 40.36 g; Sól: 11.09 g;	Wartość energetyczna: 2903.58 kcal; Białko ogółem: 117.00 g; Tłuszcz: 66.79 g; Kw. tł. nasy.: 23.41 g; Węglowodany ogółem: 463.23 g; W tym cukry: 85.58 g; Błonnik pok.: 25.21 g; Sól: 7.13 g;	Wartość energetyczna: 3117.87 kcal; Białko ogółem: 119.68 g; Tłuszcz: 67.86 g; Kw. tł. nasy.: 23.70 g; Węglowodany ogółem: 513.66 g; W tym cukry: 124.19 g; Błonnik pok.: 28.80 g; Sól: 7.23 g;	Wartość energetyczna: 3532.76 kcal; Białko ogółem: 146.15 g; Tłuszcz: 96.92 g; Kw. tł. nasy.: 27.76 g; Węglowodany ogółem: 524.16 g; W tym cukry: 97.75 g; Błonnik pok.: 30.88 g; Sól: 8.38 g;	Wartość energetyczna: 2758.88 kcal; Białko ogółem: 125.44 g; Tłuszcz: 63.79 g; Kw. tł. nasy.: 24.21 g; Węglowodany ogółem: 439.78 g; W tym cukry: 49.90 g; Błonnik pok.: 48.70 g; Sól: 11.83 g;	Wartość energetyczna: 3057.60 kcal; Białko ogółem: 122.44 g; Tłuszcz: 64.82 g; Kw. tł. nasy.: 23.89 g; Węglowodany ogółem: 504.97 g; W tym cukry: 108.84 g; Błonnik pok.: 32.80 g; Sól: 6.97 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-12-22 do dnia 2026-01-04 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
2025-12-25 czwartek	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>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (<u>SOJ. może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</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>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g (<u>SOJ. może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (<u>SOJ. może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 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% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (<u>SOJ. może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Mus z jabłek prażonych 150 g Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>)
	II śN				Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Karczek pieczony 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos pieczeniowy 70 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 140 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD		Galaretką o smaku brzoskwiniowym 150 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)		
Kolacja		Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszaný pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Sałatka jarzynowa 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml
	PN	Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por	Banan 1szt. 1 szt	Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por	Sałata zielona 5 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 20 g (<u>SOJ.</u>)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
Wartość energetyczna: 2498.07 kcal; Białko ogółem: 80.55 g; Tłuszcz: 68.30 g; Kw. tł. nasy.: 25.14 g; Węglowodany ogółem: 406.98 g; W tym cukry: 56.18 g; Błonnik pok.: 33.99 g; Sól: 11.30 g;		Wartość energetyczna: 2356.23 kcal; Białko ogółem: 83.05 g; Tłuszcz: 45.25 g; Kw. tł. nasy.: 18.48 g; Węglowodany ogółem: 395.11 g; W tym cukry: 81.51 g; Błonnik pok.: 22.74 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 2453.48 kcal; Białko ogółem: 86.15 g; Tłuszcz: 45.25 g; Kw. tł. nasy.: 18.48 g; Węglowodany ogółem: 415.81 g; W tym cukry: 102.11 g; Błonnik pok.: 22.74 g; Sól: 7.97 g;	Wartość energetyczna: 2541.50 kcal; Białko ogółem: 113.25 g; Tłuszcz: 61.05 g; Kw. tł. nasy.: 22.21 g; Węglowodany ogółem: 375.55 g; W tym cukry: 60.37 g; Błonnik pok.: 22.31 g; Sól: 9.46 g;	Wartość energetyczna: 2336.89 kcal; Białko ogółem: 100.48 g; Tłuszcz: 65.67 g; Kw. tł. nasy.: 24.32 g; Węglowodany ogółem: 359.39 g; W tym cukry: 31.01 g; Błonnik pok.: 43.19 g; Sól: 13.23 g;	Wartość energetyczna: 2516.73 kcal; Białko ogółem: 79.12 g; Tłuszcz: 52.13 g; Kw. tł. nasy.: 18.51 g; Węglowodany ogółem: 420.12 g; W tym cukry: 96.53 g; Błonnik pok.: 19.00 g; Sól: 7.89 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-12-22 do dnia 2026-01-04 KUCHNIA ŁÓDŹ

2025-12-26 piątek

		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	
2025-12-26 piątek	Śniadanie	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>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Sałata zielona 10 g		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Marchew gotowana z olejem 60 g	
	II ŚN						Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Pomidorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Kotlet schabowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem 75 g Buraczki gotowane 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Schab gotowany 70 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane 75 g Szpinak gotowany z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml		Pomidorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Schab gotowany 140 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane 75 g Szpinak gotowany z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Schab gotowany 70 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Buraczki gotowane 75 g	Pomidorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Schab gotowany 70 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Szpinak gotowany z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ.</u>)	
	PD			Biszkopty b/c 15 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 100 g (<u>SEL.</u>)		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Mandarynka 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>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) 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>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) 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>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 80 g (<u>SOJ.</u>) Mandarynka 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>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Mandarynka 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>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt					Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 20g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 15g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2303.53 kcal; Białko ogółem: 75.56 g; Tłuszcz: 53.98 g; Kw. tł. nasy.: 20.59 g; Węglowodany ogółem: 393.51 g; W tym cukry: 71.79 g; Błonnik pok.: 30.72 g; Sól: 9.77 g;	Wartość energetyczna: 2058.65 kcal; Białko ogółem: 83.56 g; Tłuszcz: 44.17 g; Kw. tł. nasy.: 20.08 g; Węglowodany ogółem: 342.74 g; W tym cukry: 75.54 g; Błonnik pok.: 20.04 g; Sól: 6.61 g;	Wartość energetyczna: 2074.35 kcal; Białko ogółem: 85.21 g; Tłuszcz: 44.85 g; Kw. tł. nasy.: 20.36 g; Węglowodany ogółem: 343.37 g; W tym cukry: 65.36 g; Błonnik pok.: 20.33 g; Sól: 6.63 g;	Wartość energetyczna: 2263.51 kcal; Białko ogółem: 116.15 g; Tłuszcz: 52.67 g; Kw. tł. nasy.: 23.85 g; Węglowodany ogółem: 341.97 g; W tym cukry: 74.50 g; Błonnik pok.: 18.95 g; Sól: 7.58 g;	Wartość energetyczna: 2262.81 kcal; Białko ogółem: 103.88 g; Tłuszcz: 62.87 g; Kw. tł. nasy.: 28.68 g; Węglowodany ogółem: 343.74 g; W tym cukry: 38.12 g; Błonnik pok.: 44.77 g; Sól: 9.97 g;	Wartość energetyczna: 2029.42 kcal; Białko ogółem: 84.54 g; Tłuszcz: 42.68 g; Kw. tł. nasy.: 19.11 g; Węglowodany ogółem: 345.81 g; W tym cukry: 77.56 g; Błonnik pok.: 21.98 g; Sól: 7.39 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-12-22 do dnia 2026-01-04 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	
2025-12-27 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 Połudwiciowa drobiowa z dodatkiem miesa wieprzowego,białka mleka z połączonych kawałków mięsa. 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</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>) Szynka Połudwiciowa drobiowa z dodatkiem miesa wieprzowego,białka mleka z połączonych kawałków mięsa. 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasztet z soczewicy * 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Połudwiciowa drobiowa z dodatkiem miesa wieprzowego,białka mleka z połączonych kawałków mięsa. 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	II ŚN					Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Fasolka po bretońsku 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Sałatka szwedzka z olejem b/c 75 g (<u>GOR.</u>)	Koperkowa z ziemniakami * 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	Koperkowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLUPSZ, 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	Koperkowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLUPSZ, 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* b/c 300 ml Sałatka szwedzka z olejem b/c 75 g (<u>GOR.</u>)	Koperkowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 70 ml (<u>GLUPSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Cukinia pieczona z olejem * 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 (kieł drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLUPSZ.</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>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 120 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Musztarda 20 g (<u>GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE.</u>)				Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałata zielona 5 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE.</u>)
Wartość energetyczna: 2662.09 kcal; Białko ogółem: 80.84 g; Tłuszcz: 79.99 g; Kw. tł. nasy.: 29.51 g; Węglowodany ogółem: 422.14 g; W tym cukry: 55.29 g; Błonnik pok.: 39.27 g; Sól: 12.61 g;		Wartość energetyczna: 2048.93 kcal; Białko ogółem: 76.44 g; Tłuszcz: 57.76 g; Kw. tł. nasy.: 23.69 g; Węglowodany ogółem: 315.13 g; W tym cukry: 55.85 g; Błonnik pok.: 18.69 g; Sól: 7.32 g;	Wartość energetyczna: 2347.64 kcal; Białko ogółem: 80.58 g; Tłuszcz: 81.29 g; Kw. tł. nasy.: 33.98 g; Węglowodany ogółem: 332.08 g; W tym cukry: 55.93 g; Błonnik pok.: 18.77 g; Sól: 7.72 g;	Wartość energetyczna: 2543.07 kcal; Białko ogółem: 106.29 g; Tłuszcz: 93.28 g; Kw. tł. nasy.: 34.84 g; Węglowodany ogółem: 327.91 g; W tym cukry: 60.27 g; Błonnik pok.: 19.01 g; Sól: 9.33 g;	Wartość energetyczna: 2363.32 kcal; Białko ogółem: 91.52 g; Tłuszcz: 68.98 g; Kw. tł. nasy.: 24.94 g; Węglowodany ogółem: 365.11 g; W tym cukry: 44.98 g; Błonnik pok.: 44.11 g; Sól: 9.71 g;	Wartość energetyczna: 2218.29 kcal; Białko ogółem: 76.02 g; Tłuszcz: 58.15 g; Kw. tł. nasy.: 23.70 g; Węglowodany ogółem: 357.65 g; W tym cukry: 90.48 g; Błonnik pok.: 20.39 g; Sól: 7.34 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-12-22 do dnia 2026-01-04 KUCHNIA ŁÓDŹ

2025-12-28 niedziela

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
2025-12-28 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 waniliowa 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g		Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu waniliowa 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 70 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu waniliowa 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	II ŚN				Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Szpinakowa z zacierką * 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		Szpinakowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, 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>) Buraczki gotowane drobno tarte 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>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Pulpet wieprzowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos cygański 70 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte 75 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką * 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		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 60 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 60 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 60 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 80 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	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 60 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 5 g
PN	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt				Sałata zielona 5 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt
	Wartość energetyczna: 2641.08 kcal; Białko ogółem: 91.65 g; Tłuszcz: 73.70 g; Kw. tł. nasy.: 35.25 g; Węglowodany ogółem: 415.98 g; W tym cukry: 87.83 g; Błonnik pok.: 29.17 g; Sól: 10.56 g;	Wartość energetyczna: 2280.02 kcal; Białko ogółem: 84.06 g; Tłuszcz: 53.35 g; Kw. tł. nasy.: 22.85 g; Węglowodany ogółem: 372.90 g; W tym cukry: 94.05 g; Błonnik pok.: 18.63 g; Sól: 5.77 g;	Wartość energetyczna: 2394.12 kcal; Białko ogółem: 84.10 g; Tłuszcz: 53.35 g; Kw. tł. nasy.: 22.85 g; Węglowodany ogółem: 401.42 g; W tym cukry: 116.77 g; Błonnik pok.: 18.65 g; Sól: 5.81 g;	Wartość energetyczna: 2555.85 kcal; Białko ogółem: 109.89 g; Tłuszcz: 66.58 g; Kw. tł. nasy.: 27.64 g; Węglowodany ogółem: 386.26 g; W tym cukry: 99.37 g; Błonnik pok.: 18.84 g; Sól: 6.63 g;	Wartość energetyczna: 2554.93 kcal; Białko ogółem: 109.79 g; Tłuszcz: 87.26 g; Kw. tł. nasy.: 40.45 g; Węglowodany ogółem: 351.10 g; W tym cukry: 41.51 g; Błonnik pok.: 43.22 g; Sól: 9.94 g;	Wartość energetyczna: 2277.49 kcal; Białko ogółem: 83.39 g; Tłuszcz: 53.90 g; Kw. tł. nasy.: 22.85 g; Węglowodany ogółem: 371.55 g; W tym cukry: 92.98 g; Błonnik pok.: 18.48 g; Sól: 5.83 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-12-22 do dnia 2026-01-04 KUCHNIA ŁÓDŹ

2025-12-29 poniedziałek

	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
2025-12-29 poniedziałek	Śniadanie					
	II ŚN					
	Obiad					
	PD					
	Kolacja					
PN						

Jadłospisy za okres od dnia 2025-12-22 do dnia 2026-01-04 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	
2025-12-30 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 kiszony 80 g Sałata zielona 5 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) 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 kiszony 80 g Sałata zielona 5 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 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 JECZ,</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 75 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Szpinak gotowany z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ,</u>)	Solferino * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Szpinak gotowany z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ,</u>)			Solferino * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 75 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Szpinak gotowany z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ,</u>)	Grochowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 75 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 75 g (<u>MLE,</u>)	Solferino * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Szpinak gotowany z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ,</u>)
	PD		Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Kalafior gotowany* 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Kalafior gotowany* 80 g Sałata zielona 5 g			Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Kalafior gotowany* 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	PN	Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE,</u>)					Pomidor 15 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE,</u>)	Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE,</u>)
		Wartość energetyczna: 2541.19 kcal; Białko ogółem: 89.90 g; Tłuszcz: 54.31 g; Kw. tł. nasy.: 22.46 g; Węglowodany ogółem: 438.34 g; W tym cukry: 65.63 g; Błonnik pok.: 37.26 g; Sól: 11.10 g;	Wartość energetyczna: 2262.41 kcal; Białko ogółem: 84.83 g; Tłuszcz: 50.60 g; Kw. tł. nasy.: 21.37 g; Węglowodany ogółem: 375.67 g; W tym cukry: 68.49 g; Błonnik pok.: 22.02 g; Sól: 6.61 g;	Wartość energetyczna: 2346.41 kcal; Białko ogółem: 84.83 g; Tłuszcz: 50.60 g; Kw. tł. nasy.: 21.37 g; Węglowodany ogółem: 395.67 g; W tym cukry: 88.49 g; Błonnik pok.: 22.02 g; Sól: 6.61 g;	Wartość energetyczna: 2514.18 kcal; Białko ogółem: 106.79 g; Tłuszcz: 59.39 g; Kw. tł. nasy.: 23.91 g; Węglowodany ogółem: 396.94 g; W tym cukry: 72.82 g; Błonnik pok.: 22.65 g; Sól: 7.62 g;	Wartość energetyczna: 2356.89 kcal; Białko ogółem: 100.50 g; Tłuszcz: 63.89 g; Kw. tł. nasy.: 28.11 g; Węglowodany ogółem: 369.35 g; W tym cukry: 18.26 g; Błonnik pok.: 47.09 g; Sól: 12.67 g;	Wartość energetyczna: 2372.68 kcal; Białko ogółem: 89.63 g; Tłuszcz: 55.58 g; Kw. tł. nasy.: 21.75 g; Węglowodany ogółem: 395.82 g; W tym cukry: 84.45 g; Błonnik pok.: 25.85 g; Sól: 7.62 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-12-22 do dnia 2026-01-04 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	
2025-12-31 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 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 80 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 80 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek twarogowy homogenizowany 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	II ŚN						Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 350 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 75 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Brokuł gotowany* 75 g	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Marchew gotowana z olejem 75 g		Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pulpet wieprzowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Marchew gotowana z olejem 75 g	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 350 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 75 g (<u>SEL</u>) Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Marchew gotowana z olejem 75 g	
	PD			Jogurt brzoskwinowy 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>) Polędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z dodatkiem surowców mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Polędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z dodatkiem surowców mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g		Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Polędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z dodatkiem surowców mięsa, parzony 80 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Polędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z dodatkiem surowców mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Polędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z dodatkiem surowców mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Dżem 50 g	
	PN	Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)					Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 20 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR</u>) Sałata zielona 5 g	Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)
		Wartość energetyczna: 2711.70 kcal; Białko ogółem: 98.42 g; Tłuszcz: 57.86 g; Kw. tł. nasy.: 23.92 g; Węglowodany ogółem: 465.20 g; W tym cukry: 87.09 g; Błonnik pok.: 35.34 g; Sól: 9.44 g;	Wartość energetyczna: 2526.38 kcal; Białko ogółem: 95.54 g; Tłuszcz: 55.82 g; Kw. tł. nasy.: 23.41 g; Węglowodany ogółem: 421.77 g; W tym cukry: 87.97 g; Błonnik pok.: 23.69 g; Sól: 6.13 g;	Wartość energetyczna: 2608.38 kcal; Białko ogółem: 98.34 g; Tłuszcz: 58.32 g; Kw. tł. nasy.: 25.01 g; Węglowodany ogółem: 433.77 g; W tym cukry: 99.97 g; Błonnik pok.: 23.69 g; Sól: 6.23 g;	Wartość energetyczna: 2934.68 kcal; Białko ogółem: 126.34 g; Tłuszcz: 77.36 g; Kw. tł. nasy.: 33.75 g; Węglowodany ogółem: 445.97 g; W tym cukry: 90.09 g; Błonnik pok.: 25.60 g; Sól: 7.69 g;	Wartość energetyczna: 2355.52 kcal; Białko ogółem: 104.20 g; Tłuszcz: 61.61 g; Kw. tł. nasy.: 25.43 g; Węglowodany ogółem: 365.56 g; W tym cukry: 51.88 g; Błonnik pok.: 50.60 g; Sól: 9.10 g;	Wartość energetyczna: 2584.21 kcal; Białko ogółem: 94.73 g; Tłuszcz: 55.73 g; Kw. tł. nasy.: 23.37 g; Węglowodany ogółem: 436.72 g; W tym cukry: 103.90 g; Błonnik pok.: 22.86 g; Sól: 6.11 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-12-22 do dnia 2026-01-04 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	
2026-01-01 czwartek	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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Sałatka z ryżu*- meksykańska 80 g (<u>JAJ, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 80 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Sałatka z ryżu*- meksykańska 80 g (<u>JAJ, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL.</u>)	
	II ŚN					Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Krupnik jęczmienny * 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Eskalopka z kurczaka 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny * 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Filet z kurczaka gotowany 70 g Sos bazyliowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dynia duszona z marchewką * 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny * 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Filet z kurczaka gotowany 70 g Sos bazyliowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dynia duszona z marchewką * 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny * 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Filet z kurczaka gotowany 70 g Sos bazyliowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny * 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Filet z kurczaka gotowany 70 g Sos bazyliowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dynia duszona z marchewką * 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	
	PD	Banan 1szt. 1 szt		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<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>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 80 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	
PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g				Ogórek kiszony 15 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2341.38 kcal; Białko ogółem: 70.67 g; Tłuszcz: 65.41 g; Kw. tł. nasy.: 21.09 g; Węglowodany ogółem: 379.20 g; W tym cukry: 38.08 g; Błonnik pok.: 27.75 g; Sól: 12.88 g;	Wartość energetyczna: 1999.32 kcal; Białko ogółem: 75.97 g; Tłuszcz: 43.66 g; Kw. tł. nasy.: 19.16 g; Węglowodany ogółem: 333.60 g; W tym cukry: 47.82 g; Błonnik pok.: 19.55 g; Sól: 7.57 g;	Wartość energetyczna: 2193.32 kcal; Białko ogółem: 77.97 g; Tłuszcz: 44.26 g; Kw. tł. nasy.: 19.40 g; Węglowodany ogółem: 380.60 g; W tym cukry: 86.22 g; Błonnik pok.: 22.95 g; Sól: 7.58 g;	Wartość energetyczna: 2085.57 kcal; Białko ogółem: 82.78 g; Tłuszcz: 50.50 g; Kw. tł. nasy.: 21.57 g; Węglowodany ogółem: 333.35 g; W tym cukry: 49.39 g; Błonnik pok.: 17.91 g; Sól: 9.61 g;	Wartość energetyczna: 2299.95 kcal; Białko ogółem: 97.22 g; Tłuszcz: 68.21 g; Kw. tł. nasy.: 25.70 g; Węglowodany ogółem: 343.49 g; W tym cukry: 27.13 g; Błonnik pok.: 39.96 g; Sól: 12.66 g;	Wartość energetyczna: 2161.53 kcal; Białko ogółem: 75.16 g; Tłuszcz: 48.06 g; Kw. tł. nasy.: 19.43 g; Węglowodany ogółem: 367.70 g; W tym cukry: 85.88 g; Błonnik pok.: 24.24 g; Sól: 7.74 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-12-22 do dnia 2026-01-04 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	
2026-01-02 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 40 g Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek twarogowy homogenizowany 40 g (<u>MLE,</u>) Dżem 40 g Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek twarogowy homogenizowany 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, 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>) Serek twarogowy homogenizowany 80 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek twarogowy homogenizowany 80 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek twarogowy homogenizowany 40 g (<u>MLE,</u>) Dżem 40 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	II ŚN						Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>)	
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba smażona (Morszczuk) 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Surówka żydowska z olejem b/c () 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 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 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 gotowane 250 g Pulpet rybny (Morszczuk) 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Surówka żydowska z olejem b/c () 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 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	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>)	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>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt					Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 15 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2646.58 kcal; Białko ogółem: 93.79 g; Tłuszcz: 63.81 g; Kw. tł. nasy.: 24.18 g; Węglowodany ogółem: 437.68 g; W tym cukry: 85.12 g; Błonnik pok.: 31.54 g; Sól: 12.58 g;	Wartość energetyczna: 2387.71 kcal; Białko ogółem: 90.30 g; Tłuszcz: 55.61 g; Kw. tł. nasy.: 23.24 g; Węglowodany ogółem: 390.62 g; W tym cukry: 89.11 g; Błonnik pok.: 19.40 g; Sól: 7.39 g;	Wartość energetyczna: 2461.10 kcal; Białko ogółem: 90.34 g; Tłuszcz: 55.61 g; Kw. tł. nasy.: 23.24 g; Węglowodany ogółem: 408.96 g; W tym cukry: 101.65 g; Błonnik pok.: 19.42 g; Sól: 7.43 g;	Wartość energetyczna: 2727.43 kcal; Białko ogółem: 128.67 g; Tłuszcz: 71.09 g; Kw. tł. nasy.: 29.43 g; Węglowodany ogółem: 402.96 g; W tym cukry: 76.89 g; Błonnik pok.: 21.11 g; Sól: 9.16 g;	Wartość energetyczna: 2325.63 kcal; Białko ogółem: 106.89 g; Tłuszcz: 67.13 g; Kw. tł. nasy.: 30.44 g; Węglowodany ogółem: 343.39 g; W tym cukry: 37.37 g; Błonnik pok.: 39.48 g; Sól: 10.09 g;	Wartość energetyczna: 2427.87 kcal; Białko ogółem: 85.65 g; Tłuszcz: 48.77 g; Kw. tł. nasy.: 20.59 g; Węglowodany ogółem: 420.80 g; W tym cukry: 110.79 g; Błonnik pok.: 19.11 g; Sól: 8.53 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-12-22 do dnia 2026-01-04 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	
2026-01-03 sobota	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 100 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</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>) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - 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>) Połędwica Sopotcka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 60 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>) Połędwica Sopotcka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL.</u>)	
	II ŚN						Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Dyniowa z ziemniakami*(<u>)</u> 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Surówka z kapusty białej z olejem 75 g	Dyniowa z ziemniakami*(<u>)</u> 350 ml (<u>GLU PSZ, 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 Kalańior gotowany* 75 g			Dyniowa z ziemniakami*(<u>)</u> 350 ml (<u>GLU PSZ, 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 Kalańior gotowany* 75 g	Dyniowa z ziemniakami*(<u>)</u> 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Surówka z kapusty białej z olejem 75 g	Dyniowa z ziemniakami*(<u>)</u> 350 ml (<u>GLU PSZ, 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			Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 80 g (<u>SOJ.</u>) Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędłina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 60 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 120 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędłina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 60 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędłina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 60 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>)					Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałata zielona 5 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2463.42 kcal; Białko ogółem: 76.62 g; Tłuszcz: 65.19 g; Kw. tł. nasy.: 26.70 g; Węglowodany ogółem: 405.14 g; W tym cukry: 63.71 g; Błonnik pok.: 34.77 g; Sól: 10.68 g;	Wartość energetyczna: 2070.92 kcal; Białko ogółem: 74.61 g; Tłuszcz: 44.23 g; Kw. tł. nasy.: 21.81 g; Węglowodany ogółem: 354.75 g; W tym cukry: 62.55 g; Błonnik pok.: 23.28 g; Sól: 6.47 g;	Wartość energetyczna: 2289.19 kcal; Białko ogółem: 76.64 g; Tłuszcz: 58.09 g; Kw. tł. nasy.: 25.77 g; Węglowodany ogółem: 374.58 g; W tym cukry: 82.63 g; Błonnik pok.: 23.36 g; Sól: 6.94 g;	Wartość energetyczna: 2556.06 kcal; Białko ogółem: 114.84 g; Tłuszcz: 77.44 g; Kw. tł. nasy.: 29.62 g; Węglowodany ogółem: 360.56 g; W tym cukry: 62.67 g; Błonnik pok.: 23.40 g; Sól: 8.21 g;	Wartość energetyczna: 2261.08 kcal; Białko ogółem: 95.66 g; Tłuszcz: 55.82 g; Kw. tł. nasy.: 24.37 g; Węglowodany ogółem: 364.08 g; W tym cukry: 34.75 g; Błonnik pok.: 41.60 g; Sól: 11.77 g;	Wartość energetyczna: 2169.73 kcal; Białko ogółem: 80.70 g; Tłuszcz: 49.35 g; Kw. tł. nasy.: 22.69 g; Węglowodany ogółem: 362.61 g; W tym cukry: 79.97 g; Błonnik pok.: 26.39 g; Sól: 7.61 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-12-22 do dnia 2026-01-04 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
2026-01-04 niedziela	Śniadanie	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>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g		Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z papryką 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	II śN					Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet wołowo-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 gotowane 250 g Pulpet wołowo-wieprzowy 140 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 gotowane 250 g Pulpet wołowo-wieprzowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet wołowo-wieprzowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Szpinak gotowany z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ.</u>)
	PD	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 80 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml
PN		Mus- przecier owocowy jabłko 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>) Pomidor 15 g
						Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
Wartość energetyczna: 2285.63 kcal; Białko ogółem: 83.50 g; Tłuszcz: 47.37 g; Kw. tł. nasy.: 22.18 g; Węglowodany ogółem: 392.41 g; W tym cukry: 65.20 g; Błonnik pok.: 27.06 g; Sól: 9.45 g;		Wartość energetyczna: 2120.00 kcal; Białko ogółem: 85.13 g; Tłuszcz: 46.09 g; Kw. tł. nasy.: 21.93 g; Węglowodany ogółem: 347.90 g; W tym cukry: 65.38 g; Błonnik pok.: 16.34 g; Sól: 6.24 g;	Wartość energetyczna: 2210.00 kcal; Białko ogółem: 87.93 g; Tłuszcz: 48.59 g; Kw. tł. nasy.: 22.81 g; Węglowodany ogółem: 361.90 g; W tym cukry: 70.88 g; Błonnik pok.: 16.64 g; Sól: 6.34 g;	Wartość energetyczna: 2369.56 kcal; Białko ogółem: 109.91 g; Tłuszcz: 57.05 g; Kw. tł. nasy.: 25.95 g; Węglowodany ogółem: 361.00 g; W tym cukry: 70.27 g; Błonnik pok.: 16.54 g; Sól: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 2230.60 kcal; Białko ogółem: 99.66 g; Tłuszcz: 56.56 g; Kw. tł. nasy.: 25.87 g; Węglowodany ogółem: 349.89 g; W tym cukry: 36.12 g; Błonnik pok.: 39.50 g; Sól: 8.70 g;	Wartość energetyczna: 2249.51 kcal; Białko ogółem: 89.18 g; Tłuszcz: 45.90 g; Kw. tł. nasy.: 20.50 g; Węglowodany ogółem: 378.44 g; W tym cukry: 84.28 g; Błonnik pok.: 18.04 g; Sól: 9.26 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,