

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-15 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	
2026-02-02 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 60 g (<u>RYB, SEL.</u>) Ogórek kiszony 50 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 60 g (<u>RYB, SEL.</u>) Salata zielona 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</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 ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 60 g (<u>RYB, SEL.</u>) Salata zielona 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</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 ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Salata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 60 g (<u>RYB, SEL.</u>) Ogórek kiszony 50 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</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>) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL.</u>)	
	II ŚN				Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (<u>SOJ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt		
	Obiad	Brokułowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Kotlet z jaj-pieczony 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</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	Brokułowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Kotlet z jaj-pieczony 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Marchew gotowana z olejem 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Cukinia pieczona z olejem * 75 g	Brokułowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Kotlet z jaj-pieczony 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Marchew gotowana z olejem 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Kotlet z jaj-pieczony 140 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Marchew gotowana z olejem 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Kotlet z jaj-pieczony 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka b/c 75 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml Cukinia pieczona z olejem * 75 g	Brokułowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet drobiowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	
	PD				Ciastka różne 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, 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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, 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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, 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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, 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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Kalafior gotowany* 50 g
		Wartość energetyczna: 2495.41 kcal; Białko ogółem: 73.86 g; Tłuszcz: 76.01 g; Kw. tł. nasy.: 27.21 g; Węglowodany ogółem: 392.74 g; W tym cukry: 55.50 g; Błonnik pok.: 31.41 g; Sól: 11.84 g;	Wartość energetyczna: 2369.20 kcal; Białko ogółem: 78.19 g; Tłuszcz: 65.80 g; Kw. tł. nasy.: 24.31 g; Węglowodany ogółem: 376.91 g; W tym cukry: 59.70 g; Błonnik pok.: 23.44 g; Sól: 7.68 g;	Wartość energetyczna: 2440.00 kcal; Białko ogółem: 77.34 g; Tłuszcz: 77.47 g; Kw. tł. nasy.: 30.96 g; Węglowodany ogółem: 367.84 g; W tym cukry: 59.70 g; Błonnik pok.: 21.79 g; Sól: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 2769.01 kcal; Białko ogółem: 102.64 g; Tłuszcz: 92.39 g; Kw. tł. nasy.: 32.42 g; Węglowodany ogółem: 392.87 g; W tym cukry: 64.53 g; Błonnik pok.: 25.65 g; Sól: 9.12 g;	Wartość energetyczna: 2201.01 kcal; Białko ogółem: 75.19 g; Tłuszcz: 73.68 g; Kw. tł. nasy.: 25.30 g; Węglowodany ogółem: 328.15 g; W tym cukry: 32.05 g; Błonnik pok.: 39.40 g; Sól: 10.10 g;	Wartość energetyczna: 2141.45 kcal; Białko ogółem: 74.41 g; Tłuszcz: 56.94 g; Kw. tł. nasy.: 22.76 g; Węglowodany ogółem: 344.20 g; W tym cukry: 60.27 g; Błonnik pok.: 22.15 g; Sól: 7.68 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-15 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	
2026-02-03 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paszтет drobiowo- wieprzowy z wątróbką 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, MLE, GOR, GLU OW) Sałata zielona 10 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 40 g (SOJ) Sałata zielona 10 g		Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g (SOJ) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 40 g (SOJ) Sałata zielona 10 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 40 g (SOJ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	
	II ŚN						Sok z buraków 0,3 L produkt pasteryzowany 1 szt (SEL)	
	Obiad	Solferino * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 250 g (GLU PSZ) Bitka schabowa duszona 70 g (GLU PSZ) Sos pieczeniowy 100 ml (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Solferino * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 250 g (GLU PSZ) Bitka schabowa duszona 70 g (GLU PSZ) Sos własny () 70 ml (GLU PSZ, SEL) Marchew gotowana z olejem 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml		Solferino * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 250 g (GLU PSZ) Bitka schabowa duszona 70 g (GLU PSZ) Klopsik wieprzowy 70 g (GLU PSZ, JAJ) Sos własny () 70 ml (GLU PSZ, SEL) Marchew gotowana z olejem 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Solferino * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 250 g (GLU PSZ) Bitka schabowa duszona 70 g (GLU PSZ) Sos pieczeniowy 70 ml (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Solferino * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 250 g (GLU PSZ) Bitka schabowa duszona 70 g (GLU PSZ) Sos własny () 70 ml (GLU PSZ, SEL) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	
	PD			Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 40 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 40 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) Pomidor 50 g		Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 60 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 40 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 40 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) Cukinia pieczona z olejem * 50 g	
		Wartość energetyczna: 2543.21 kcal; Białko ogółem: 94.54 g; Tłuszcz: 63.28 g; Kw. tł. nasy.: 25.21 g; Węglowodany ogółem: 410.90 g; W tym cukry: 54.35 g; Błonnik pok.: 27.47 g; Sól: 9.53 g;	Wartość energetyczna: 2284.19 kcal; Białko ogółem: 90.47 g; Tłuszcz: 53.46 g; Kw. tł. nasy.: 21.62 g; Węglowodany ogółem: 369.55 g; W tym cukry: 59.73 g; Błonnik pok.: 18.09 g; Sól: 6.53 g;	Wartość energetyczna: 2374.19 kcal; Białko ogółem: 91.67 g; Tłuszcz: 53.46 g; Kw. tł. nasy.: 21.62 g; Węglowodany ogółem: 389.55 g; W tym cukry: 79.73 g; Błonnik pok.: 18.09 g; Sól: 6.53 g;	Wartość energetyczna: 2617.86 kcal; Białko ogółem: 114.44 g; Tłuszcz: 68.45 g; Kw. tł. nasy.: 25.80 g; Węglowodany ogółem: 395.44 g; W tym cukry: 65.35 g; Błonnik pok.: 18.69 g; Sól: 7.86 g;	Wartość energetyczna: 2181.68 kcal; Białko ogółem: 95.46 g; Tłuszcz: 54.20 g; Kw. tł. nasy.: 20.33 g; Węglowodany ogółem: 339.87 g; W tym cukry: 39.50 g; Błonnik pok.: 40.16 g; Sól: 9.83 g;	Wartość energetyczna: 2436.42 kcal; Białko ogółem: 89.19 g; Tłuszcz: 57.45 g; Kw. tł. nasy.: 21.86 g; Węglowodany ogółem: 400.28 g; W tym cukry: 84.35 g; Błonnik pok.: 18.77 g; Sól: 6.67 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-15 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	
2026-02-04 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Ogórek kiszony 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>) Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</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>) 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>) 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>) Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Ogórek kiszony 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>) Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml		
	I SN	Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>)					Surówka z marchwi i jabłka b/c 100 g (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet drobiowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte 75 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem 75 g Kalafor gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Grysikowa * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet drobiowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte 75 g Kalafor gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Grysikowa * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet drobiowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Kalafor gotowany* 75 g	Grysikowa * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet drobiowy 140 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Kalafor gotowany* 75 g	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet drobiowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Kalafor gotowany* 75 g	Grysikowa * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet drobiowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Kalafor gotowany* 75 g	
	PD			Jabłko 1 szt 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z tofu i marchewki 60 g (<u>SOJ.</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>) Pasta z tofu i marchewki 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2559.59 kcal; Białko ogółem: 90.40 g; Tłuszcz: 64.50 g; Kw. tł. nasy.: 28.99 g; Węglowodany ogółem: 421.89 g; W tym cukry: 66.42 g; Błonnik pok.: 35.34 g; Sól: 10.70 g;	Wartość energetyczna: 2116.34 kcal; Białko ogółem: 75.22 g; Tłuszcz: 45.90 g; Kw. tł. nasy.: 20.36 g; Węglowodany ogółem: 361.65 g; W tym cukry: 75.65 g; Błonnik pok.: 22.55 g; Sól: 6.05 g;	Wartość energetyczna: 2342.39 kcal; Białko ogółem: 80.82 g; Tłuszcz: 49.52 g; Kw. tł. nasy.: 22.21 g; Węglowodany ogółem: 405.72 g; W tym cukry: 108.95 g; Błonnik pok.: 25.58 g; Sól: 6.23 g;	Wartość energetyczna: 2503.37 kcal; Białko ogółem: 102.62 g; Tłuszcz: 60.09 g; Kw. tł. nasy.: 25.11 g; Węglowodany ogółem: 399.12 g; W tym cukry: 97.86 g; Błonnik pok.: 22.96 g; Sól: 7.20 g;	Wartość energetyczna: 2237.51 kcal; Białko ogółem: 91.82 g; Tłuszcz: 61.98 g; Kw. tł. nasy.: 27.62 g; Węglowodany ogółem: 351.34 g; W tym cukry: 32.83 g; Błonnik pok.: 44.23 g; Sól: 9.54 g;	Wartość energetyczna: 2232.03 kcal; Białko ogółem: 79.50 g; Tłuszcz: 45.24 g; Kw. tł. nasy.: 21.45 g; Węglowodany ogółem: 386.92 g; W tym cukry: 96.60 g; Błonnik pok.: 20.96 g; Sól: 5.91 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-15 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
2026-02-05 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek z papryką 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek z papryką 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek prażonych 50 g
	II ŚN				Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	
	Obiad	Żurek z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>) Sos pomidorowy 70 ml (<u>GLU PSZ</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, GLU JĘCZ</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 75 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Sos pomidorowy 70 ml (<u>GLU PSZ</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, GLU JĘCZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Sos pomidorowy 70 ml (<u>GLU PSZ</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, GLU JĘCZ</u>) Pulpet wieprzowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Żurek z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, GLU JĘCZ</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 75 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Sos pomidorowy 70 ml (<u>GLU PSZ</u>) Pulpet wieprzowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Ryz na sypko 200 g Warzywa po grecku 75 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD		Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Południca Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 20 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>)	Surówka z marchwi i selera z olejem 100 g (<u>SEL</u>)	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Południca Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>) Sałatka jarzynowa - dieta 100 g (<u>MLE, 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>) Południca Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>) Sałatka jarzynowa - dieta 100 g (<u>MLE, 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>) Południca Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>) Sałatka jarzynowa - dieta 100 g (<u>MLE, 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>) Południca Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>) Sałatka jarzynowa - dieta 100 g (<u>MLE, 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>) Południca Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>) Sałatka jarzynowa - dieta 100 g (<u>MLE, SEL</u>)
Wartość energetyczna: 2449.37 kcal; Białko ogółem: 89.07 g; Tłuszcz: 57.60 g; Kw. tł. nasy.: 24.55 g; Węglowodany ogółem: 407.64 g; W tym cukry: 64.54 g; Błonnik pok.: 34.29 g; Sól: 9.40 g;		Wartość energetyczna: 2258.15 kcal; Białko ogółem: 89.70 g; Tłuszcz: 54.82 g; Kw. tł. nasy.: 24.18 g; Węglowodany ogółem: 359.49 g; W tym cukry: 60.61 g; Błonnik pok.: 20.51 g; Sól: 5.77 g;	Wartość energetyczna: 2342.15 kcal; Białko ogółem: 89.70 g; Tłuszcz: 54.82 g; Kw. tł. nasy.: 24.18 g; Węglowodany ogółem: 379.49 g; W tym cukry: 80.61 g; Błonnik pok.: 20.51 g; Sól: 5.77 g;	Wartość energetyczna: 2608.60 kcal; Białko ogółem: 119.44 g; Tłuszcz: 71.07 g; Kw. tł. nasy.: 31.04 g; Węglowodany ogółem: 381.35 g; W tym cukry: 61.54 g; Błonnik pok.: 22.43 g; Sól: 7.41 g;	Wartość energetyczna: 2147.25 kcal; Białko ogółem: 90.94 g; Tłuszcz: 59.48 g; Kw. tł. nasy.: 22.92 g; Węglowodany ogółem: 333.53 g; W tym cukry: 32.49 g; Błonnik pok.: 45.38 g; Sól: 8.32 g;	Wartość energetyczna: 2321.95 kcal; Białko ogółem: 85.58 g; Tłuszcz: 51.11 g; Kw. tł. nasy.: 23.56 g; Węglowodany ogółem: 386.77 g; W tym cukry: 66.22 g; Błonnik pok.: 16.52 g; Sól: 5.56 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-15 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
2026-02-06 piątek	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>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniovym 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	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>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniovym 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	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>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniovym 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	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>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniovym 100 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>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	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>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	II ŚN					Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Marchewkowa z ziemniakami* 350 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba smażona (Morszczuk) 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 75 g Szpinał gotowany z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Marchewkowa z ziemniakami* 350 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 70 g (<u>RYB.</u>) Szpinał gotowany z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Marchewkowa z ziemniakami* 350 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 70 g (<u>RYB.</u>) Sos ziołowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Szpinał gotowany z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Marchewkowa z ziemniakami* 350 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 140 g (<u>RYB.</u>) Sos ziołowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Szpinał gotowany z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Marchewkowa z ziemniakami* 350 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 70 g (<u>RYB.</u>) Szpinał gotowany z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Marchewkowa z ziemniakami* 350 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 70 g (<u>RYB.</u>) Szpinał gotowany z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD			Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ, MLE.</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>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ, MLE.</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>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</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>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ, MLE.</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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml
		Wartość energetyczna: 2485.70 kcal; Białko ogółem: 88.36 g; Tłuszcz: 59.41 g; Kw. tł. nasy.: 23.21 g; Węglowodany ogółem: 415.23 g; W tym cukry: 72.34 g; Błonnik pok.: 35.14 g; Sól: 8.55 g;	Wartość energetyczna: 2331.47 kcal; Białko ogółem: 88.03 g; Tłuszcz: 53.81 g; Kw. tł. nasy.: 22.52 g; Węglowodany ogółem: 387.05 g; W tym cukry: 74.06 g; Błonnik pok.: 27.77 g; Sól: 6.92 g;	Wartość energetyczna: 2271.93 kcal; Białko ogółem: 88.49 g; Tłuszcz: 53.53 g; Kw. tł. nasy.: 22.45 g; Węglowodany ogółem: 370.94 g; W tym cukry: 78.42 g; Błonnik pok.: 25.00 g; Sól: 5.50 g;	Wartość energetyczna: 2521.87 kcal; Białko ogółem: 121.50 g; Tłuszcz: 65.05 g; Kw. tł. nasy.: 25.82 g; Węglowodany ogółem: 374.88 g; W tym cukry: 80.88 g; Błonnik pok.: 25.01 g; Sól: 6.12 g;	Wartość energetyczna: 2066.96 kcal; Białko ogółem: 96.29 g; Tłuszcz: 50.16 g; Kw. tł. nasy.: 21.22 g; Węglowodany ogółem: 325.91 g; W tym cukry: 33.82 g; Błonnik pok.: 42.23 g; Sól: 6.76 g;	Wartość energetyczna: 2274.11 kcal; Białko ogółem: 90.58 g; Tłuszcz: 49.00 g; Kw. tł. nasy.: 21.19 g; Węglowodany ogółem: 379.71 g; W tym cukry: 96.75 g; Błonnik pok.: 23.95 g; Sól: 6.17 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-15 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	
2026-02-07 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>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, 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% 15 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>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 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>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, 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% 15 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>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (<u>SEL.</u>)	
	II ŚN						Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g	
	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JECZ.</u>) Wątróbka drobiowa smażona z cebulką 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 75 g Buraczki gotowane 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane 75 g Cukinia pieczona z olejem* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Szynka wieprzowa pieczona 70 g Buraczki gotowane 75 g Cukinia pieczona z olejem* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 75 g Buraczki gotowane 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml		
	PD				Wafelki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Musztarda 20 g (<u>GOR.</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: 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% 10 g (<u>MLE.</u>) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: 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% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Mus z jabłek prażonych 50 g	
		Wartość energetyczna: 2590.56 kcal; Białko ogółem: 93.83 g; Tłuszcz: 75.43 g; Kw. tł. nasy.: 24.53 g; Węglowodany ogółem: 399.69 g; W tym cukry: 46.93 g; Błonnik pok.: 34.50 g; Sól: 11.96 g;	Wartość energetyczna: 2012.54 kcal; Białko ogółem: 70.82 g; Tłuszcz: 49.45 g; Kw. tł. nasy.: 19.40 g; Węglowodany ogółem: 331.73 g; W tym cukry: 49.13 g; Błonnik pok.: 21.54 g; Sól: 6.29 g;	Wartość energetyczna: 2297.84 kcal; Białko ogółem: 77.07 g; Tłuszcz: 69.12 g; Kw. tł. nasy.: 28.88 g; Węglowodany ogółem: 352.82 g; W tym cukry: 49.13 g; Błonnik pok.: 21.54 g; Sól: 7.20 g;	Wartość energetyczna: 2428.81 kcal; Białko ogółem: 108.08 g; Tłuszcz: 74.05 g; Kw. tł. nasy.: 28.55 g; Węglowodany ogółem: 343.45 g; W tym cukry: 53.33 g; Błonnik pok.: 21.54 g; Sól: 8.73 g;	Wartość energetyczna: 2214.30 kcal; Białko ogółem: 91.26 g; Tłuszcz: 60.61 g; Kw. tł. nasy.: 21.47 g; Węglowodany ogółem: 348.62 g; W tym cukry: 23.81 g; Błonnik pok.: 45.48 g; Sól: 9.77 g;	Wartość energetyczna: 2112.05 kcal; Białko ogółem: 70.82 g; Tłuszcz: 55.80 g; Kw. tł. nasy.: 19.78 g; Węglowodany ogółem: 341.95 g; W tym cukry: 51.96 g; Błonnik pok.: 21.90 g; Sól: 6.48 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-15 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
2026-02-08 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>) Twarożek ze słonecznikiem 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 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 z koperkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 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 z koperkiem 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 ze słonecznikiem 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 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 z koperkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	II ŚN				Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Sos jarzynowy * 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka Coleslaw b/c 75 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Sos jarzynowy * 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g (<u>SEL.</u>) Kalafor gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml		Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Sos jarzynowy * 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka Coleslaw b/c 75 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Sos jarzynowy * 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka Coleslaw b/c 75 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD		Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g	
Kolacja		Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody 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% 10 g (<u>MLE.</u>) Polędwica Sopotcka 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 z/c 300 ml	Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Ogórek kiszony 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>) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Herbata czarna granulowana z/c 300 ml
		Wartość energetyczna: 2216.34 kcal; Białko ogółem: 87.31 g; Tłuszcz: 51.97 g; Kw. tł. nasy.: 22.38 g; Węglowodany ogółem: 363.05 g; W tym cukry: 50.45 g; Błonnik pok.: 29.03 g; Sól: 10.06 g;	Wartość energetyczna: 1988.26 kcal; Białko ogółem: 85.93 g; Tłuszcz: 46.43 g; Kw. tł. nasy.: 21.57 g; Węglowodany ogółem: 315.48 g; W tym cukry: 51.84 g; Błonnik pok.: 18.23 g; Sól: 5.96 g;	Wartość energetyczna: 2078.26 kcal; Białko ogółem: 89.53 g; Tłuszcz: 48.93 g; Kw. tł. nasy.: 22.48 g; Węglowodany ogółem: 329.48 g; W tym cukry: 57.24 g; Błonnik pok.: 18.63 g; Sól: 6.06 g;	Wartość energetyczna: 2082.19 kcal; Białko ogółem: 96.02 g; Tłuszcz: 49.77 g; Kw. tł. nasy.: 23.61 g; Węglowodany ogółem: 321.12 g; W tym cukry: 56.61 g; Błonnik pok.: 18.24 g; Sól: 6.56 g;	Wartość energetyczna: 2061.11 kcal; Białko ogółem: 91.87 g; Tłuszcz: 53.67 g; Kw. tł. nasy.: 20.89 g; Węglowodany ogółem: 324.15 g; W tym cukry: 34.72 g; Błonnik pok.: 42.83 g; Sól: 8.98 g;
		Wartość energetyczna: 2205.77 kcal; Białko ogółem: 85.25 g; Tłuszcz: 50.73 g; Kw. tł. nasy.: 21.85 g; Węglowodany ogółem: 362.24 g; W tym cukry: 88.96 g; Błonnik pok.: 21.45 g; Sól: 6.11 g;				

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-15 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	
2026-02-09 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paszтет drobiowo- wieprzowy z wątróbką 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, MLE, GOR, GLU OW) Pomidor 50 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 60 g (SEL) Pomidor 50 g		Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (SEL) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paszтет drobiowo- wieprzowy z wątróbką 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, MLE, GOR, GLU OW) Pomidor 50 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (SEL)	
	II ŚN					Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE)	Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Gulasz z soczewicy i papryki () 150 g (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko 200 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL) Ryż na sypko 200 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml				Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Gulasz z soczewicy i papryki () 150 g (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL) Ryż na sypko 200 g Marchew gotowana z olejem 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (MLE)				Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 40 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) Rzodkiew biała 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 40 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) Sałata zielona 10 g		Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 60 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 40 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) Rzodkiew biała 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 40 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml	
		Wartość energetyczna: 2438.87 kcal; Białko ogółem: 75.38 g; Tłuszcz: 54.07 g; Kw. tł. nasy.: 23.14 g; Węglowodany ogółem: 427.72 g; W tym cukry: 59.10 g; Błonnik pok.: 33.19 g; Sól: 9.27 g;	Wartość energetyczna: 2144.53 kcal; Białko ogółem: 69.69 g; Tłuszcz: 50.01 g; Kw. tł. nasy.: 20.08 g; Węglowodany ogółem: 363.22 g; W tym cukry: 62.36 g; Błonnik pok.: 19.51 g; Sól: 6.01 g;	Wartość energetyczna: 2295.58 kcal; Białko ogółem: 74.69 g; Tłuszcz: 53.03 g; Kw. tł. nasy.: 21.87 g; Węglowodany ogółem: 389.14 g; W tym cukry: 81.11 g; Błonnik pok.: 19.54 g; Sól: 6.18 g;	Wartość energetyczna: 2484.93 kcal; Białko ogółem: 81.94 g; Tłuszcz: 58.99 g; Kw. tł. nasy.: 22.33 g; Węglowodany ogółem: 408.61 g; W tym cukry: 81.57 g; Błonnik pok.: 19.95 g; Sól: 6.84 g;	Wartość energetyczna: 2227.00 kcal; Białko ogółem: 88.80 g; Tłuszcz: 56.79 g; Kw. tł. nasy.: 20.46 g; Węglowodany ogółem: 359.79 g; W tym cukry: 32.23 g; Błonnik pok.: 47.85 g; Sól: 7.85 g;	Wartość energetyczna: 2263.53 kcal; Białko ogółem: 68.63 g; Tłuszcz: 52.56 g; Kw. tł. nasy.: 20.61 g; Węglowodany ogółem: 393.31 g; W tym cukry: 86.24 g; Błonnik pok.: 20.19 g; Sól: 6.62 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-15 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
2026-02-10 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</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 50 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</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>) Salata zielona 10 g		Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek kiszony 50 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Kalaflor gotowany* 50 g
	II ŚN					Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet wołowo-wieprzowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos cygański 70 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 75 g Buraczki gotowane drobno tarte 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet wołowo-wieprzowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml		Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet wołowo-wieprzowy 140 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet wołowo-wieprzowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos cygański 70 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 75 g Szpinak gotowany z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet wołowo-wieprzowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD			Biskvoty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE.</u>)	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, 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 luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, 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 luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: 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% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, 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 luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml
	Wartość energetyczna: 2308.43 kcal; Białko ogółem: 79.88 g; Tłuszcz: 54.28 g; Kw. tł. nasy.: 22.92 g; Węglowodany ogółem: 389.54 g; W tym cukry: 59.40 g; Błonnik pok.: 31.23 g; Sól: 10.73 g;	Wartość energetyczna: 2091.04 kcal; Białko ogółem: 79.33 g; Tłuszcz: 49.67 g; Kw. tł. nasy.: 22.19 g; Węglowodany ogółem: 341.39 g; W tym cukry: 58.89 g; Błonnik pok.: 19.56 g; Sól: 6.38 g;	Wartość energetyczna: 2208.04 kcal; Białko ogółem: 81.76 g; Tłuszcz: 51.80 g; Kw. tł. nasy.: 22.19 g; Węglowodany ogółem: 363.29 g; W tym cukry: 58.89 g; Błonnik pok.: 19.56 g; Sól: 6.38 g;	Wartość energetyczna: 2484.15 kcal; Białko ogółem: 110.08 g; Tłuszcz: 69.41 g; Kw. tł. nasy.: 31.30 g; Węglowodany ogółem: 365.89 g; W tym cukry: 59.11 g; Błonnik pok.: 21.48 g; Sól: 8.93 g;	Wartość energetyczna: 2083.05 kcal; Białko ogółem: 97.14 g; Tłuszcz: 59.41 g; Kw. tł. nasy.: 21.07 g; Węglowodany ogółem: 308.32 g; W tym cukry: 16.54 g; Błonnik pok.: 36.29 g; Sól: 9.00 g;	Wartość energetyczna: 2209.28 kcal; Białko ogółem: 77.94 g; Tłuszcz: 45.70 g; Kw. tł. nasy.: 20.67 g; Węglowodany ogółem: 381.59 g; W tym cukry: 88.65 g; Błonnik pok.: 19.93 g; Sól: 7.32 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-15 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
2026-02-11 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser topiony 60 g (<u>MLE.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 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>) Twarożek na słodko 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 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% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 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>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 50 g
	II ŚN					Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Sos pieczarkowy 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Sos jarzynowy * 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Marchew gotowana z olejem 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 140 g Sos jarzynowy * 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Marchew gotowana z olejem 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml		Ziemniaczana * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Sos pieczarkowy 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Sos jarzynowy * 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Marchew gotowana z olejem 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 60 g (<u>RYB, SEL.</u>) Salata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 60 g (<u>RYB, SEL.</u>) Salata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Salata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 60 g (<u>RYB, SEL.</u>) Salata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 40 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2588.90 kcal; Białko ogółem: 86.95 g; Tłuszcz: 80.66 g; Kw. tł. nasy.: 32.78 g; Węglowodany ogółem: 394.38 g; W tym cukry: 58.32 g; Błonnik pok.: 33.44 g; Sól: 10.19 g;	Wartość energetyczna: 2253.88 kcal; Białko ogółem: 86.06 g; Tłuszcz: 51.99 g; Kw. tł. nasy.: 22.14 g; Węglowodany ogółem: 372.35 g; W tym cukry: 76.20 g; Błonnik pok.: 24.16 g; Sól: 5.11 g;	Wartość energetyczna: 2343.88 kcal; Białko ogółem: 87.26 g; Tłuszcz: 51.99 g; Kw. tł. nasy.: 22.14 g; Węglowodany ogółem: 392.35 g; W tym cukry: 96.20 g; Błonnik pok.: 24.16 g; Sól: 5.11 g;	Wartość energetyczna: 2528.63 kcal; Białko ogółem: 113.08 g; Tłuszcz: 61.93 g; Kw. tł. nasy.: 25.16 g; Węglowodany ogółem: 391.78 g; W tym cukry: 83.48 g; Błonnik pok.: 24.91 g; Sól: 5.58 g;	Wartość energetyczna: 2145.89 kcal; Białko ogółem: 87.82 g; Tłuszcz: 56.14 g; Kw. tł. nasy.: 20.09 g; Węglowodany ogółem: 343.27 g; W tym cukry: 31.70 g; Błonnik pok.: 41.39 g; Sól: 8.96 g;	Wartość energetyczna: 2235.13 kcal; Białko ogółem: 85.80 g; Tłuszcz: 54.82 g; Kw. tł. nasy.: 22.58 g; Węglowodany ogółem: 360.81 g; W tym cukry: 74.25 g; Błonnik pok.: 23.28 g; Sól: 5.94 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-15 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
2026-02-12 czwartek	Śniadanie	Kasza manna 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>) Polędwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>) Salatka z ryżu*- meksykańska 50 g (<u>JAJ, SEL, GOR</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) 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	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Polędwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 80 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Polędwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 80 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 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>) Salatka z ryżu*- meksykańska 50 g (<u>JAJ, SEL, GOR</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Polędwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g
	II SN					Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 250 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Surówka z selera i jabłka b/c 75 g (<u>MLE, SEL</u>)	Szpinakowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 250 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g	Szpinakowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 250 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g	Szpinakowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 250 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g	Szpinakowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 250 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Surówka z selera i jabłka b/c 75 g (<u>MLE, SEL</u>)	Szpinakowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 250 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Dynia pieczona z natką pietruszki 75 g (<u>GLU PSZ</u>)
	PD		Mus z jabłek () z/c 100 g		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>)	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 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>) Twarożek 80 g (<u>MLE</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>) Twarożek 100 g (<u>MLE</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>) 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% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE</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>) Twarożek 80 g (<u>MLE</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (<u>SEL</u>)
		Wartość energetyczna: 2580.11 kcal; Białko ogółem: 98.17 g; Tłuszcz: 59.86 g; Kw. tł. nasy.: 25.65 g; Węglowodany ogółem: 423.52 g; W tym cukry: 57.63 g; Błonnik pok.: 30.01 g; Sól: 9.09 g;	Wartość energetyczna: 2309.86 kcal; Białko ogółem: 96.63 g; Tłuszcz: 52.70 g; Kw. tł. nasy.: 24.01 g; Węglowodany ogółem: 369.28 g; W tym cukry: 60.44 g; Błonnik pok.: 17.45 g; Sól: 5.68 g;	Wartość energetyczna: 2399.81 kcal; Białko ogółem: 97.19 g; Tłuszcz: 53.26 g; Kw. tł. nasy.: 24.57 g; Węglowodany ogółem: 391.21 g; W tym cukry: 65.43 g; Błonnik pok.: 20.25 g; Sól: 5.69 g;	Wartość energetyczna: 2687.38 kcal; Białko ogółem: 125.84 g; Tłuszcz: 70.75 g; Kw. tł. nasy.: 30.82 g; Węglowodany ogółem: 394.57 g; W tym cukry: 61.36 g; Błonnik pok.: 19.46 g; Sól: 7.44 g;	Wartość energetyczna: 2330.18 kcal; Białko ogółem: 105.64 g; Tłuszcz: 63.39 g; Kw. tł. nasy.: 27.00 g; Węglowodany ogółem: 346.28 g; W tym cukry: 22.06 g; Błonnik pok.: 42.94 g; Sól: 8.84 g;	Wartość energetyczna: 2467.91 kcal; Białko ogółem: 97.29 g; Tłuszcz: 58.04 g; Kw. tł. nasy.: 24.92 g; Węglowodany ogółem: 396.28 g; W tym cukry: 67.44 g; Błonnik pok.: 21.23 g; Sól: 5.72 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-15 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
2026-02-13 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Salata zielona 5 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Salata zielona 5 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Salata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Salata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Salata zielona 5 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 40 g (<u>SOJ</u>) Kalaflor gotowany* 50 g
	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 Ryba smażona (Morszczuk) 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Warzywa po grecku 75 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>)	Krupnik jęczmienny * 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</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>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Brokuł gotowany* 75 g	Krupnik jęczmienny * 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</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>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Brokuł gotowany* 75 g	Krupnik jęczmienny * 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet rybny (Morszczuk) 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Warzywa po grecku 75 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>)	Krupnik jęczmienny * 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet rybny (Morszczuk) 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Warzywa po grecku 75 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>)	Krupnik jęczmienny * 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</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>) Brokuł gotowany* 75 g
	PD			Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 20 g	Surówka z marchwi i jabłka b/c 100 g (<u>MLE</u>)	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu waniliowa 40 g (<u>MLE</u>) Dżem 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Dżem 20 g Pasta z twarogu waniliowa 40 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Dżem 20 g Pasta z twarogu waniliowa 40 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>) Dżem 20 g Pasta z twarogu waniliowa 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>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 40 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR</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>) Pasta z twarogu waniliowa 40 g (<u>MLE</u>) Dżem 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
		Wartość energetyczna: 2520.85 kcal; Białko ogółem: 87.17 g; Tłuszcz: 61.34 g; Kw. tł. nasy.: 23.27 g; Węglowodany ogółem: 418.06 g; W tym cukry: 77.37 g; Błonnik pok.: 31.37 g; Sól: 8.86 g;	Wartość energetyczna: 2242.28 kcal; Białko ogółem: 85.78 g; Tłuszcz: 48.84 g; Kw. tł. nasy.: 22.10 g; Węglowodany ogółem: 374.49 g; W tym cukry: 81.76 g; Błonnik pok.: 20.91 g; Sól: 5.56 g;	Wartość energetyczna: 2291.57 kcal; Białko ogółem: 88.58 g; Tłuszcz: 51.34 g; Kw. tł. nasy.: 22.98 g; Węglowodany ogółem: 378.31 g; W tym cukry: 77.08 g; Błonnik pok.: 21.21 g; Sól: 5.66 g;	Wartość energetyczna: 2622.05 kcal; Białko ogółem: 121.81 g; Tłuszcz: 63.22 g; Kw. tł. nasy.: 27.78 g; Węglowodany ogółem: 401.84 g; W tym cukry: 84.51 g; Błonnik pok.: 22.94 g; Sól: 7.04 g;	Wartość energetyczna: 2064.58 kcal; Białko ogółem: 84.98 g; Tłuszcz: 52.77 g; Kw. tł. nasy.: 20.99 g; Węglowodany ogółem: 333.12 g; W tym cukry: 33.57 g; Błonnik pok.: 41.25 g; Sól: 8.64 g;	Wartość energetyczna: 2197.62 kcal; Białko ogółem: 82.95 g; Tłuszcz: 44.08 g; Kw. tł. nasy.: 20.55 g; Węglowodany ogółem: 377.76 g; W tym cukry: 82.19 g; Błonnik pok.: 21.98 g; Sól: 6.25 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-15 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
2026-02-14 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 makaronu z wędliną drobiowo wieprzową 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, 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% 15 g (<u>MLE.</u>) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową- dieta* 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Salata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową- dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Salata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 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>) Pomidor 50 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>) Cukinia pieczona z olejem * 50 g	
	II ŚN					Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (<u>SEL.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Surówka z marchwi i jabłka b/c 75 g (<u>MLE.</u>)	Koperkowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Marchew gotowana z olejem 75 g	Koperkowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Buraczki gotowane 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Marchew gotowana z olejem 75 g	Ogórkowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 250 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (<u>SEL.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Surówka z marchwi i jabłka b/c 75 g (<u>MLE.</u>)	Koperkowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Marchew gotowana z olejem 75 g	
	PD			Banan 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 80 g (<u>SOJ.</u>) Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 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 Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, 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>) 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>) 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>) Poledwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</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>) Poledwica Sopocka 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
		Wartość energetyczna: 2422.70 kcal; Białko ogółem: 63.14 g; Tłuszcz: 65.04 g; Kw. tł. nasy.: 23.07 g; Węglowodany ogółem: 406.91 g; W tym cukry: 50.30 g; Błonnik pok.: 30.63 g; Sól: 10.95 g;	Wartość energetyczna: 2072.94 kcal; Białko ogółem: 68.21 g; Tłuszcz: 44.21 g; Kw. tł. nasy.: 17.71 g; Węglowodany ogółem: 360.70 g; W tym cukry: 51.21 g; Błonnik pok.: 20.17 g; Sól: 5.73 g;	Wartość energetyczna: 2437.59 kcal; Białko ogółem: 72.68 g; Tłuszcz: 59.42 g; Kw. tł. nasy.: 21.95 g; Węglowodany ogółem: 412.52 g; W tym cukry: 92.23 g; Błonnik pok.: 24.29 g; Sól: 7.18 g;	Wartość energetyczna: 2587.69 kcal; Białko ogółem: 100.42 g; Tłuszcz: 78.53 g; Kw. tł. nasy.: 27.00 g; Węglowodany ogółem: 379.86 g; W tym cukry: 56.07 g; Błonnik pok.: 21.03 g; Sól: 8.25 g;	Wartość energetyczna: 2061.99 kcal; Białko ogółem: 74.66 g; Tłuszcz: 48.95 g; Kw. tł. nasy.: 20.10 g; Węglowodany ogółem: 344.52 g; W tym cukry: 38.74 g; Błonnik pok.: 46.05 g; Sól: 9.22 g;	Wartość energetyczna: 2062.33 kcal; Białko ogółem: 69.99 g; Tłuszcz: 42.96 g; Kw. tł. nasy.: 17.96 g; Węglowodany ogółem: 359.12 g; W tym cukry: 64.51 g; Błonnik pok.: 21.50 g; Sól: 6.15 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-15 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
2026-02-15 niedziela	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek a la homogenizowany o smaku 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 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	II ŚN					Salatka szwedzka z olejem 100 g (<u>GOR.</u>)	
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, SO2.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Kotlet schabowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Fasolka szparagowa z wody* 75 g	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Schab gotowany 70 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g (<u>SEL.</u>)	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Schab gotowany 140 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g (<u>SEL.</u>)	Pieczarkowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, SO2.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Schab gotowany 70 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Fasolka szparagowa z wody* 75 g	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Schab gotowany 70 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g (<u>SEL.</u>)	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Schab gotowany 70 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g (<u>SEL.</u>)
	PD		Chrupki kukurydziane 25 g	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica z Majerankiem, 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>) 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>) Pasta warzywna* 50 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>) 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>) Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL.</u>)
		Wartość energetyczna: 2297.16 kcal; Białko ogółem: 79.02 g; Tłuszcz: 51.92 g; Kw. tł. nasy.: 21.51 g; Węglowodany ogółem: 391.45 g; W tym cukry: 68.14 g; Błonnik pok.: 30.73 g; Sól: 8.53 g;	Wartość energetyczna: 2098.20 kcal; Białko ogółem: 87.33 g; Tłuszcz: 43.44 g; Kw. tł. nasy.: 21.04 g; Węglowodany ogółem: 350.10 g; W tym cukry: 75.75 g; Błonnik pok.: 21.42 g; Sól: 5.84 g;	Wartość energetyczna: 2188.95 kcal; Białko ogółem: 89.55 g; Tłuszcz: 44.19 g; Kw. tł. nasy.: 21.13 g; Węglowodany ogółem: 369.83 g; W tym cukry: 75.75 g; Błonnik pok.: 23.32 g; Sól: 5.85 g;	Wartość energetyczna: 2368.18 kcal; Białko ogółem: 119.88 g; Tłuszcz: 51.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.37 g; Węglowodany ogółem: 366.92 g; W tym cukry: 83.14 g; Błonnik pok.: 21.72 g; Sól: 6.69 g;	Wartość energetyczna: 2027.94 kcal; Białko ogółem: 96.10 g; Tłuszcz: 48.91 g; Kw. tł. nasy.: 21.26 g; Węglowodany ogółem: 319.82 g; W tym cukry: 34.36 g; Błonnik pok.: 38.37 g; Sól: 8.56 g;	Wartość energetyczna: 2128.67 kcal; Białko ogółem: 87.64 g; Tłuszcz: 46.00 g; Kw. tł. nasy.: 21.21 g; Węglowodany ogółem: 352.23 g; W tym cukry: 76.40 g; Błonnik pok.: 22.70 g; Sól: 5.98 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,