

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 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
Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Salata 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>) Pomidor 80 g Salata 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>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Pomidor 80 g Salata 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>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Salata 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g 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>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tofu w sosie pomidorowym dieta () 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Szpinak baby z olejem 35 g Marchew gotowana z olejem () 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tofu w sosie pomidorowym dieta () 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tofu w sosie pomidorowym dieta () 200 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Fasolowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tofu w sosie pomidorowym dieta () 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Szpinak baby z olejem 35 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos ziołowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	
	PD	Banan 1szt. 1 szt			Jabłko 1 szt 1 szt	
Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Baleron wieprzowiny wędzony, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) 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>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 80 g (<u>SOJ.</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>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 80 g	
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)			Salata zielona 5 g Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g (<u>SOJ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)
	Wartość energetyczna: 2728.23 kcal; Białko ogółem: 90.69 g; Tłuszcz: 68.87 g; Kw. tł. nasy.: 24.11 g; Węglowodany ogółem: 444.03 g; W tym cukry: 76.95 g; Błonnik pok.: 39.26 g; Sól: 9.64 g;	Wartość energetyczna: 2332.41 kcal; Białko ogółem: 80.68 g; Tłuszcz: 56.56 g; Kw. tł. nasy.: 21.71 g; Węglowodany ogółem: 385.09 g; W tym cukry: 78.43 g; Błonnik pok.: 24.15 g; Sól: 6.36 g;	Wartość energetyczna: 2616.41 kcal; Białko ogółem: 86.28 g; Tłuszcz: 59.66 g; Kw. tł. nasy.: 22.86 g; Węglowodany ogółem: 446.09 g; W tym cukry: 122.23 g; Błonnik pok.: 27.95 g; Sól: 6.47 g;	Wartość energetyczna: 2708.75 kcal; Białko ogółem: 94.83 g; Tłuszcz: 63.83 g; Kw. tł. nasy.: 23.36 g; Węglowodany ogółem: 452.11 g; W tym cukry: 123.83 g; Błonnik pok.: 28.80 g; Sól: 7.55 g;	Wartość energetyczna: 2404.65 kcal; Białko ogółem: 93.75 g; Tłuszcz: 69.30 g; Kw. tł. nasy.: 23.79 g; Węglowodany ogółem: 371.40 g; W tym cukry: 38.47 g; Błonnik pok.: 51.15 g; Sól: 8.63 g;	Wartość energetyczna: 2426.96 kcal; Białko ogółem: 97.10 g; Tłuszcz: 52.68 g; Kw. tł. nasy.: 21.45 g; Węglowodany ogółem: 403.51 g; W tym cukry: 92.36 g; Błonnik pok.: 28.08 g; Sól: 8.13 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 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	
2024-08-06 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek Fromage 80 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Zacierka na mleku 300 ml (<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% 15 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtusty 80 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Zacierka na mleku 300 ml (<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% 15 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtusty 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>) Twaróg półtusty 80 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Zacierka na mleku 300 ml (<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% 15 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtusty 80 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
		II ŚN			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z pora, jabłka i marchewki z olejem () 75 g	Brokułowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Buraczki oprószone () 75 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (<u>SEL,</u>)	Brokułowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Bitka wieprzowa z szynki duszona 160 g (<u>GLU PSZ,</u>) Buraczki oprószone () 75 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (<u>SEL,</u>)	Brokułowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z pora, jabłka i marchewki z olejem () 75 g	Brokułowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Buraczki oprószone () 75 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (<u>SEL,</u>)	
		PD		Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ,</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>) Sałata zielona 5 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 Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ,</u>) Sałatka wiosenna 80 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ,</u>) Sałatka wiosenna 80 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 wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ,</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 Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u>)	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt
		Wartość energetyczna: 2971.85 kcal; Białko ogółem: 95.97 g; Tłuszcz: 87.57 g; Kw. tł. nasy.: 42.47 g; Węglowodany ogółem: 462.26 g; W tym cukry: 93.66 g; Błonnik pok.: 33.15 g; Sól: 9.77 g;	Wartość energetyczna: 2586.35 kcal; Białko ogółem: 102.76 g; Tłuszcz: 59.45 g; Kw. tł. nasy.: 23.75 g; Węglowodany ogółem: 420.70 g; W tym cukry: 101.76 g; Błonnik pok.: 24.08 g; Sól: 6.47 g;	Wartość energetyczna: 2703.35 kcal; Białko ogółem: 105.19 g; Tłuszcz: 61.58 g; Kw. tł. nasy.: 23.75 g; Węglowodany ogółem: 442.60 g; W tym cukry: 101.76 g; Błonnik pok.: 24.08 g; Sól: 6.47 g;	Wartość energetyczna: 3044.11 kcal; Białko ogółem: 142.59 g; Tłuszcz: 83.69 g; Kw. tł. nasy.: 31.52 g; Węglowodany ogółem: 441.59 g; W tym cukry: 102.53 g; Błonnik pok.: 25.93 g; Sól: 8.03 g;	Wartość energetyczna: 2611.87 kcal; Białko ogółem: 114.18 g; Tłuszcz: 78.01 g; Kw. tł. nasy.: 29.25 g; Węglowodany ogółem: 383.87 g; W tym cukry: 33.43 g; Błonnik pok.: 48.22 g; Sól: 11.45 g;	Wartość energetyczna: 2650.19 kcal; Białko ogółem: 101.82 g; Tłuszcz: 59.25 g; Kw. tł. nasy.: 23.70 g; Węglowodany ogółem: 437.37 g; W tym cukry: 100.52 g; Błonnik pok.: 22.85 g; Sól: 6.46 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 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	
2024-08-07 środa	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.) Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, SOJ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 5 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.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) 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.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona 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.) Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, SOJ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 5 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.) Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, SOJ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 5 g	
		II ŚN			Budyń o smaku czekoladowym b/c 150 ml (MLE.)		
2024-08-07 środa	Obiad	Pieczarkowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 70 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew oprószana z olejem () 75 g (GLU PSZ, MLE.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Fasolka szparagowa z wody* 75 g	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 70 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew oprószana z olejem () 75 g (GLU PSZ, MLE.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Fasolka szparagowa z wody* 75 g	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Pulpet drobiowy 160 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 70 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew oprószana z olejem () 75 g (GLU PSZ, MLE.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Fasolka szparagowa z wody* 75 g	Pieczarkowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka wykwinna z olejem b/c 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Fasolka szparagowa z wody* 75 g	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 70 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew oprószana z olejem () 75 g (GLU PSZ, MLE.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Fasolka szparagowa z wody* 75 g	
		PD		Brzoskwinia 1 szt 1 szt	Koktajl bananowy 200 ml (MLE.)	Brzoskwinia 1 szt 1 szt	
2024-08-07 środa	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12 g (MLE.) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 80 g (SEL.)	
		PN		Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałata zielona 5 g Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	
		Wartość energetyczna: 2621.33 kcal; Białko ogółem: 94.25 g; Tłuszcz: 71.46 g; Kw. tł. nasy.: 24.18 g; Węglowodany ogółem: 414.59 g; W tym cukry: 58.82 g; Błonnik pok.: 33.94 g; Sól: 10.59 g;	Wartość energetyczna: 2325.63 kcal; Białko ogółem: 87.25 g; Tłuszcz: 58.37 g; Kw. tł. nasy.: 23.11 g; Węglowodany ogółem: 371.76 g; W tym cukry: 61.00 g; Błonnik pok.: 21.13 g; Sól: 7.28 g;	Wartość energetyczna: 2375.63 kcal; Białko ogółem: 88.25 g; Tłuszcz: 58.57 g; Kw. tł. nasy.: 23.13 g; Węglowodany ogółem: 383.66 g; W tym cukry: 68.70 g; Błonnik pok.: 23.03 g; Sól: 7.29 g;	Wartość energetyczna: 2726.85 kcal; Białko ogółem: 120.40 g; Tłuszcz: 72.55 g; Kw. tł. nasy.: 27.46 g; Węglowodany ogółem: 407.36 g; W tym cukry: 81.87 g; Błonnik pok.: 22.18 g; Sól: 9.89 g;	Wartość energetyczna: 2269.20 kcal; Białko ogółem: 95.49 g; Tłuszcz: 66.98 g; Kw. tł. nasy.: 23.53 g; Węglowodany ogółem: 340.91 g; W tym cukry: 31.88 g; Błonnik pok.: 40.74 g; Sól: 10.07 g;	Wartość energetyczna: 2442.01 kcal; Białko ogółem: 89.77 g; Tłuszcz: 59.56 g; Kw. tł. nasy.: 22.42 g; Węglowodany ogółem: 398.48 g; W tym cukry: 78.08 g; Błonnik pok.: 27.29 g; Sól: 9.02 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 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	
2024-08-08 czwartek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser topiony 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek prażonych 150 g		
	II ŚN					Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Fasolka po bretońsku 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Sałatka szwedzka () 75 g (<u>GOR.</u>)	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 70 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Cukinia pieczona z olejem i koncentratem pomidorowym* 75 g	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 70 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Cukinia pieczona z olejem i koncentratem pomidorowym* 75 g	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 70 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml Sałatka szwedzka b/c () 75 g (<u>GOR.</u>)	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 70 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Cukinia pieczona z olejem i koncentratem pomidorowym* 75 g		
	PD			Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem - podstawa () 100 g (<u>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 z indykiem drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>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 z indykiem drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 80 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>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 z indykiem drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem - podstawa () 100 g (<u>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 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			Banan 1szt. 1 szt		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 dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 20 g (<u>SOJ.</u>)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2974.68 kcal; Białko ogółem: 88.88 g; Tłuszcz: 82.07 g; Kw. tł. nasy.: 36.15 g; Węglowodany ogółem: 492.21 g; W tym cukry: 100.96 g; Błonnik pok.: 46.40 g; Sól: 13.71 g;	Wartość energetyczna: 2537.79 kcal; Białko ogółem: 90.20 g; Tłuszcz: 62.94 g; Kw. tł. nasy.: 22.89 g; Węglowodany ogółem: 418.12 g; W tym cukry: 100.93 g; Błonnik pok.: 29.66 g; Sól: 6.34 g;	Wartość energetyczna: 2651.89 kcal; Białko ogółem: 90.24 g; Tłuszcz: 62.94 g; Kw. tł. nasy.: 22.89 g; Węglowodany ogółem: 446.64 g; W tym cukry: 123.65 g; Błonnik pok.: 29.68 g; Sól: 6.38 g;	Wartość energetyczna: 2839.54 kcal; Białko ogółem: 117.61 g; Tłuszcz: 77.92 g; Kw. tł. nasy.: 27.43 g; Węglowodany ogółem: 432.58 g; W tym cukry: 105.25 g; Błonnik pok.: 29.89 g; Sól: 7.28 g;	Wartość energetyczna: 2370.00 kcal; Białko ogółem: 96.78 g; Tłuszcz: 68.82 g; Kw. tł. nasy.: 25.06 g; Węglowodany ogółem: 364.10 g; W tym cukry: 33.61 g; Błonnik pok.: 45.31 g; Sól: 12.13 g;	Wartość energetyczna: 2529.75 kcal; Białko ogółem: 89.71 g; Tłuszcz: 57.61 g; Kw. tł. nasy.: 22.30 g; Węglowodany ogółem: 431.21 g; W tym cukry: 135.28 g; Błonnik pok.: 26.49 g; Sól: 6.31 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 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						
2024-08-09 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Dżem 40 g Arbuz 150 g Sałata zielona 5 g Twaróg półtłusty 40 g (MLE,)		Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Dżem 40 g Arbuz 150 g Sałata zielona 5 g Twaróg półtłusty 40 g (MLE,)		Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Twaróg półtłusty 100 g (MLE,) Arbuz 150 g Sałata zielona 5 g		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Twaróg półtłusty 80 g (MLE,) Arbuz 150 g Sałata zielona 5 g		Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Dżem 40 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Twaróg półtłusty 40 g (MLE,)		
		II ŚN				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,)						
2024-08-09 piątek	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Kotlet z ryby (Brama) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: SKO, MCK,) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 75 g (GLU PSZ, SEL,)		Szpinakowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Ryba pieczona (Brama) 80 g (RYB, może zawierać: SKO, MCK,) Sos koperkowy* 70 ml (GLU PSZ, MLE,) Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 75 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy* z/c 300 ml Brokuł gotowany* 75 g		Szpinakowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Ryba pieczona (Brama) 160 g (RYB, może zawierać: SKO, MCK,) Sos koperkowy* 70 ml (GLU PSZ, MLE,) Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 75 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy* z/c 300 ml Brokuł gotowany* 75 g		Szpinakowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Ryba pieczona (Brama) 80 g (RYB, może zawierać: SKO, MCK,) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (SEL,)		Szpinakowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Ryba pieczona (Brama) 80 g (RYB, może zawierać: SKO, MCK,) Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 75 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy* z/c 300 ml Brokuł gotowany* 75 g		
		PD		Babka piaskowa 60 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE,)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,)	Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 100 g (SEL,)						
2024-08-09 piątek	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,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) 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,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Sałata zielona 10 g		Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców więzopowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ,) Sałata zielona 10 g		Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) 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 tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR,) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml		
		PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt				Pomidor 15 g Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Ser żółty 20 g (MLE,)		Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt			
	Wartość energetyczna: 2656.27 kcal; Białko ogółem: 85.68 g; Tłuszcz: 63.73 g; Kw. tł. nasy.: 23.47 g; Węglowodany ogółem: 449.78 g; W tym cukry: 110.54 g; Błonnik pok.: 33.12 g; Sól: 8.48 g;		Wartość energetyczna: 2298.61 kcal; Białko ogółem: 89.09 g; Tłuszcz: 51.03 g; Kw. tł. nasy.: 22.41 g; Węglowodany ogółem: 381.30 g; W tym cukry: 110.03 g; Błonnik pok.: 20.99 g; Sól: 5.19 g;		Wartość energetyczna: 2520.59 kcal; Białko ogółem: 93.73 g; Tłuszcz: 64.70 g; Kw. tł. nasy.: 26.79 g; Węglowodany ogółem: 400.96 g; W tym cukry: 122.50 g; Błonnik pok.: 22.26 g; Sól: 5.34 g;		Wartość energetyczna: 2583.05 kcal; Białko ogółem: 131.98 g; Tłuszcz: 63.67 g; Kw. tł. nasy.: 26.79 g; Węglowodany ogółem: 380.15 g; W tym cukry: 101.46 g; Błonnik pok.: 20.86 g; Sól: 6.91 g;		Wartość energetyczna: 2323.80 kcal; Białko ogółem: 107.02 g; Tłuszcz: 68.19 g; Kw. tł. nasy.: 29.28 g; Węglowodany ogółem: 343.57 g; W tym cukry: 50.30 g; Błonnik pok.: 46.26 g; Sól: 8.03 g;		Wartość energetyczna: 2387.59 kcal; Białko ogółem: 92.00 g; Tłuszcz: 50.19 g; Kw. tł. nasy.: 20.96 g; Węglowodany ogółem: 401.89 g; W tym cukry: 124.30 g; Błonnik pok.: 22.82 g; Sól: 6.31 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 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	
2024-08-10 sobota	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka małosolnego 80 g (SEL, GOR.) Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka małosolnego 80 g (SEL, GOR.) Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka małosolnego 80 g (SEL, GOR.) Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka małosolnego 80 g (SEL, GOR.) Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka małosolnego 80 g (SEL, GOR.) Sałata zielona 5 g
	II ŚN					Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (MLE.)		
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Cukinia pieczona z olejem i koncentratem pomidorowym* 75 g	Koperkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Marchew oprószana z olejem () 75 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Cukinia pieczona z olejem i koncentratem pomidorowym* 75 g	Koperkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Gulasz wieprzowy- dieta 220 g (GLU PSZ.) Marchew oprószana z olejem () 75 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Cukinia pieczona z olejem i koncentratem pomidorowym* 75 g	Koperkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Cukinia pieczona z olejem i koncentratem pomidorowym* 75 g	Koperkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Cukinia pieczona z olejem i koncentratem pomidorowym* 75 g	Koperkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Marchew oprószana z olejem () 75 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Cukinia pieczona z olejem i koncentratem pomidorowym* 75 g	Koperkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Marchew oprószana z olejem () 75 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Cukinia pieczona z olejem i koncentratem pomidorowym* 75 g
	PD		Wafelki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Jabłko 1 szt 1 szt			
	Kolacja	Musztarda 20 g (GOR.) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 120 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 60 g (SOJ.) Musztarda 20 g (GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 60 g (SOJ.) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	
	PN		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)		Twaróg półtłusty 20 g (MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Sałata zielona 5 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)		
		Wartość energetyczna: 2507.59 kcal; Białko ogółem: 90.04 g; Tłuszcz: 78.43 g; Kw. tł. nasy.: 29.56 g; Węglowodany ogółem: 372.44 g; W tym cukry: 60.02 g; Błonnik pok.: 29.58 g; Sól: 12.77 g;	Wartość energetyczna: 2122.50 kcal; Białko ogółem: 84.31 g; Tłuszcz: 59.20 g; Kw. tł. nasy.: 24.69 g; Węglowodany ogółem: 322.72 g; W tym cukry: 58.59 g; Błonnik pok.: 18.15 g; Sól: 8.00 g;	Wartość energetyczna: 2418.63 kcal; Białko ogółem: 88.45 g; Tłuszcz: 82.15 g; Kw. tł. nasy.: 34.34 g; Węglowodany ogółem: 340.05 g; W tym cukry: 58.67 g; Błonnik pok.: 18.23 g; Sól: 8.46 g;	Wartość energetyczna: 2561.29 kcal; Białko ogółem: 109.55 g; Tłuszcz: 91.31 g; Kw. tł. nasy.: 34.17 g; Węglowodany ogółem: 333.77 g; W tym cukry: 63.05 g; Błonnik pok.: 18.40 g; Sól: 9.97 g;	Wartość energetyczna: 2148.22 kcal; Białko ogółem: 92.41 g; Tłuszcz: 66.23 g; Kw. tł. nasy.: 26.17 g; Węglowodany ogółem: 312.54 g; W tym cukry: 48.25 g; Błonnik pok.: 35.91 g; Sól: 10.40 g;	Wartość energetyczna: 2291.86 kcal; Białko ogółem: 83.89 g; Tłuszcz: 59.59 g; Kw. tł. nasy.: 24.70 g; Węglowodany ogółem: 365.24 g; W tym cukry: 93.22 g; Błonnik pok.: 19.84 g; Sól: 8.03 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 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	
2024-08-11 niedziela	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 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 JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 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 JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 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 JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	II ŚN							
	Obiad	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 75 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 75 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Fasolka szparagowa z wody* 75 g	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 300 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 75 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Fasolka szparagowa z wody* 75 g	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (<u>SEL.</u>)	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 75 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Fasolka szparagowa z wody* 75 g		
	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>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) 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>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) 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>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) 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>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/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>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Sałata zielona 5 g		
	PN		Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)			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>)	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)	
		Wartość energetyczna: 2901.85 kcal; Białko ogółem: 122.08 g; Tłuszcz: 93.56 g; Kw. tł. nasy.: 40.35 g; Węglowodany ogółem: 410.46 g; W tym cukry: 64.47 g; Błonnik pok.: 34.19 g; Sól: 11.86 g;	Wartość energetyczna: 2554.06 kcal; Białko ogółem: 111.82 g; Tłuszcz: 71.67 g; Kw. tł. nasy.: 27.22 g; Węglowodany ogółem: 377.24 g; W tym cukry: 69.69 g; Błonnik pok.: 23.84 g; Sól: 7.36 g;	Wartość energetyczna: 2668.16 kcal; Białko ogółem: 111.86 g; Tłuszcz: 71.67 g; Kw. tł. nasy.: 27.22 g; Węglowodany ogółem: 405.76 g; W tym cukry: 92.41 g; Błonnik pok.: 23.86 g; Sól: 7.40 g;	Wartość energetyczna: 3012.02 kcal; Białko ogółem: 158.39 g; Tłuszcz: 98.29 g; Kw. tł. nasy.: 35.39 g; Węglowodany ogółem: 385.78 g; W tym cukry: 74.27 g; Błonnik pok.: 23.84 g; Sól: 8.60 g;	Wartość energetyczna: 2674.94 kcal; Białko ogółem: 135.48 g; Tłuszcz: 98.91 g; Kw. tł. nasy.: 43.89 g; Węglowodany ogółem: 335.01 g; W tym cukry: 38.41 g; Błonnik pok.: 42.49 g; Sól: 10.93 g;	Wartość energetyczna: 2555.33 kcal; Białko ogółem: 111.27 g; Tłuszcz: 72.25 g; Kw. tł. nasy.: 27.23 g; Węglowodany ogółem: 376.90 g; W tym cukry: 69.20 g; Błonnik pok.: 24.11 g; Sól: 7.44 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 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
2024-08-12 poniedziałek	Śniadanie	Platki 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 ZYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtusty 80 g (<u>MLE.</u>) Kalarepa 80 g Sałata zielona 5 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtusty 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtusty 100 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>) Twaróg półtusty 80 g (<u>MLE.</u>) Kalarepa 80 g Sałata zielona 5 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 80 g
	II ŚN	Budyń o smaku czekoladowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)				
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 350 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Arbuz 150 g	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Mielonka aleksandryjska kiel.wp.dr.rozd.parz.z dodk.biał.wp w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotcka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotcka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotcka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	
	PN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt				Sałata zielona 5 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 20 g (<u>SOJ.</u>)
	Wartość energetyczna: 2570.30 kcal; Białko ogółem: 81.74 g; Tłuszcz: 59.05 g; Kw. tł. nasy.: 27.48 g; Węglowodany ogółem: 445.93 g; W tym cukry: 95.18 g; Błonnik pok.: 30.78 g; Sól: 8.81 g;	Wartość energetyczna: 2222.52 kcal; Białko ogółem: 80.36 g; Tłuszcz: 42.32 g; Kw. tł. nasy.: 22.50 g; Węglowodany ogółem: 391.60 g; W tym cukry: 91.62 g; Błonnik pok.: 16.94 g; Sól: 5.41 g;	Wartość energetyczna: 2336.62 kcal; Białko ogółem: 80.40 g; Tłuszcz: 42.32 g; Kw. tł. nasy.: 22.50 g; Węglowodany ogółem: 420.12 g; W tym cukry: 114.34 g; Błonnik pok.: 16.96 g; Sól: 5.45 g;	Wartość energetyczna: 2400.21 kcal; Białko ogółem: 88.91 g; Tłuszcz: 46.05 g; Kw. tł. nasy.: 24.01 g; Węglowodany ogółem: 420.51 g; W tym cukry: 102.52 g; Błonnik pok.: 17.79 g; Sól: 5.54 g;	Wartość energetyczna: 2245.99 kcal; Białko ogółem: 91.72 g; Tłuszcz: 46.26 g; Kw. tł. nasy.: 24.06 g; Węglowodany ogółem: 387.70 g; W tym cukry: 78.72 g; Błonnik pok.: 37.80 g; Sól: 8.06 g;	Wartość energetyczna: 2317.00 kcal; Białko ogółem: 72.25 g; Tłuszcz: 41.73 g; Kw. tł. nasy.: 20.38 g; Węglowodany ogółem: 426.26 g; W tym cukry: 114.68 g; Błonnik pok.: 19.62 g; Sól: 7.11 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 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
2024-08-13 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 ZYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szprot w sosie pomidorowym 80 g (<u>RYB, SEL,</u>) Ogórek świeży 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>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 10 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>) Filet zapiekany drobiowy 50 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>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 10 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>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 80 g (<u>SEL,</u>)
		II ŚN			Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)	
2024-08-13 wtorek	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos koperkowy * 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem () 75 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Buraczki gotowane () 75 g	Solferino () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos koperkowy * 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Marchew gotowana z olejem () 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Buraczki gotowane () 200 g	Solferino () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 160 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos koperkowy * 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Marchew gotowana z olejem () 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Buraczki gotowane () 200 g	Grochowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos koperkowy * 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem () 75 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml Sałata z buraczków i jabłka z olejem () 75 g	Solferino () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos koperkowy * 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Marchew gotowana z olejem () 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Buraczki gotowane () 200 g
		PD		Babka piaskowa 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE,</u>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
2024-08-13 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Połędwiczanek z warzywami, dr.-wp., homogenizowana w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Pasta warzywna () 80 g (<u>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 Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ,</u>) Pasta warzywna () 80 g (<u>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 Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (<u>SOJ,</u>) Pasta warzywna () 80 g (<u>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>) Połędwiczanek z warzywami, dr.-wp., homogenizowana w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Pasta warzywna () 80 g (<u>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 Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
		PN	Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE,</u>)			Pomidor 15 g Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE,</u>)
	Wartość energetyczna: 2815.62 kcal; Białko ogółem: 99.83 g; Tłuszcz: 68.22 g; Kw. tł. nasy.: 27.53 g; Węglowodany ogółem: 469.62 g; W tym cukry: 78.66 g; Błonnik pok.: 45.46 g; Sól: 9.76 g;	Wartość energetyczna: 2514.06 kcal; Białko ogółem: 101.08 g; Tłuszcz: 53.09 g; Kw. tł. nasy.: 22.27 g; Węglowodany ogółem: 421.90 g; W tym cukry: 96.21 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sól: 8.21 g;	Wartość energetyczna: 2756.46 kcal; Białko ogółem: 105.04 g; Tłuszcz: 66.29 g; Kw. tł. nasy.: 26.59 g; Węglowodany ogółem: 448.30 g; W tym cukry: 118.65 g; Błonnik pok.: 33.63 g; Sól: 8.27 g;	Wartość energetyczna: 2805.72 kcal; Białko ogółem: 124.99 g; Tłuszcz: 64.49 g; Kw. tł. nasy.: 26.43 g; Węglowodany ogółem: 445.27 g; W tym cukry: 100.56 g; Błonnik pok.: 33.27 g; Sól: 9.06 g;	Wartość energetyczna: 2601.15 kcal; Białko ogółem: 115.29 g; Tłuszcz: 76.88 g; Kw. tł. nasy.: 30.45 g; Węglowodany ogółem: 388.89 g; W tym cukry: 25.59 g; Błonnik pok.: 52.76 g; Sól: 12.15 g;	Wartość energetyczna: 2579.11 kcal; Białko ogółem: 100.98 g; Tłuszcz: 53.57 g; Kw. tł. nasy.: 22.29 g; Węglowodany ogółem: 437.96 g; W tym cukry: 109.96 g; Błonnik pok.: 34.49 g; Sól: 8.28 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 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
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 homo. naturalny 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 homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) 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 homo. naturalny 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 homo. naturalny 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 homo. naturalny 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 homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	II ŚN				Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	
Obiad	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Gyros z kurczaka 80 g (<u>GOR</u>) Sałata zielona z kefirem 35 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Dyńia duszona z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ</u>)	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos ziołowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dyńia duszona z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (<u>SEL</u>)	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dyńia duszona z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (<u>SEL</u>)	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dyńia duszona z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (<u>SEL</u>)	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Gyros z kurczaka 80 g (<u>GOR</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sałata zielona z kefirem 35 g (<u>MLE</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos ziołowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dyńia duszona z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 75 g (<u>SEL</u>)
	PD		Jogurt brzoskwiowy 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>) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (<u>SOJ, MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 80 g (<u>SOJ, MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (<u>SOJ, MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (<u>SOJ, MLE</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>) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 20 g (<u>SOJ, MLE</u>) Sałata zielona 5 g	Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	
	Wartość energetyczna: 2622.77 kcal; Białko ogółem: 97.97 g; Tłuszcz: 63.95 g; Kw. tł. nasy.: 23.58 g; Węglowodany ogółem: 424.65 g; W tym cukry: 69.51 g; Błonnik pok.: 30.06 g; Sól: 9.57 g;	Wartość energetyczna: 2410.19 kcal; Białko ogółem: 98.08 g; Tłuszcz: 53.08 g; Kw. tł. nasy.: 21.10 g; Węglowodany ogółem: 394.45 g; W tym cukry: 77.36 g; Błonnik pok.: 24.27 g; Sól: 6.61 g;	Wartość energetyczna: 2486.80 kcal; Białko ogółem: 100.71 g; Tłuszcz: 55.56 g; Kw. tł. nasy.: 22.70 g; Węglowodany ogółem: 405.24 g; W tym cukry: 89.20 g; Błonnik pok.: 24.11 g; Sól: 6.70 g;	Wartość energetyczna: 2711.17 kcal; Białko ogółem: 122.57 g; Tłuszcz: 68.97 g; Kw. tł. nasy.: 29.12 g; Węglowodany ogółem: 410.60 g; W tym cukry: 77.32 g; Błonnik pok.: 25.87 g; Sól: 8.03 g;	Wartość energetyczna: 2234.06 kcal; Białko ogółem: 102.87 g; Tłuszcz: 61.83 g; Kw. tł. nasy.: 23.36 g; Węglowodany ogółem: 337.91 g; W tym cukry: 38.50 g; Błonnik pok.: 44.31 g; Sól: 9.55 g;	Wartość energetyczna: 2468.03 kcal; Białko ogółem: 97.26 g; Tłuszcz: 52.99 g; Kw. tł. nasy.: 21.06 g; Węglowodany ogółem: 409.39 g; W tym cukry: 93.29 g; Błonnik pok.: 23.44 g; Sól: 6.59 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 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
2024-08-15 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka małosolnego 80 g (GOR.) Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 80 g Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 80 g (SOJ.) Pomidor 80 g Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka małosolnego 80 g (GOR.) Sałata zielona 5 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 80 g (SEL.) Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.)
	II ŚN						
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem () 75 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Brokuł gotowany* 75 g	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Marchew gotowana z olejem () 75 g	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Pulpet wieprzowy 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Marchew gotowana z olejem () 75 g	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron (pełnoziarnisty) z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 75 g (SEL.) Kompot owocowy* b/c 300 ml Brokuł gotowany* 75 g	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Marchew gotowana z olejem () 75 g	
	PD		Jabłko 1 szt 1 szt	Kefir 1,5% t 150g 1 Por (MLE.)	Jabłko 1 szt 1 szt		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 60 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 60 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 80 g (SOJ.) 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 indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 60 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 60 g (SOJ.) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	
	PN		Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g		Ogórek świeży 15 g Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2594.08 kcal; Białko ogółem: 90.09 g; Tłuszcz: 59.30 g; Kw. tł. nasy.: 22.64 g; Węglowodany ogółem: 437.54 g; W tym cukry: 62.01 g; Błonnik pok.: 34.52 g; Sól: 11.77 g;	Wartość energetyczna: 2323.48 kcal; Białko ogółem: 85.68 g; Tłuszcz: 52.60 g; Kw. tł. nasy.: 21.97 g; Węglowodany ogółem: 388.16 g; W tym cukry: 67.09 g; Błonnik pok.: 22.99 g; Sól: 7.71 g;	Wartość energetyczna: 2398.48 kcal; Białko ogółem: 86.28 g; Tłuszcz: 53.20 g; Kw. tł. nasy.: 22.03 g; Węglowodany ogółem: 406.31 g; W tym cukry: 81.64 g; Błonnik pok.: 25.99 g; Sól: 7.72 g;	Wartość energetyczna: 2539.88 kcal; Białko ogółem: 105.92 g; Tłuszcz: 62.61 g; Kw. tł. nasy.: 25.59 g; Węglowodany ogółem: 399.70 g; W tym cukry: 71.27 g; Błonnik pok.: 23.13 g; Sól: 8.99 g;	Wartość energetyczna: 2448.97 kcal; Białko ogółem: 96.86 g; Tłuszcz: 67.38 g; Kw. tł. nasy.: 24.96 g; Węglowodany ogółem: 383.66 g; W tym cukry: 47.64 g; Błonnik pok.: 45.55 g; Sól: 10.89 g;	Wartość energetyczna: 2497.51 kcal; Białko ogółem: 85.31 g; Tłuszcz: 57.06 g; Kw. tł. nasy.: 22.24 g; Węglowodany ogółem: 425.43 g; W tym cukry: 106.89 g; Błonnik pok.: 29.16 g; Sól: 8.10 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 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	
2024-08-17 sobota	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytny 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (<u>SOJ, MLE.</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>) Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (<u>SOJ, 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% 15 g (<u>MLE.</u>) Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 80 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (<u>SOJ, 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% 15 g (<u>MLE.</u>) Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (<u>SOJ, MLE.</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	Ogórkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Surówka wykwinna z olejem b/c 75 g	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Dynia duszona z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g Buraczki gotowane drobno tarte () 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Dynia duszona z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Ogórkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Surówka wykwinna z olejem b/c 75 g	Ogórkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Dynia duszona z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ.</u>)		Selerowa z ziemniakami () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Dynia duszona z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ.</u>)
	PD			Sok jabłkowy 100 % 0,2l 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-żytny 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>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) 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>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) 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>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	PN			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (<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 Por (<u>MLE.</u>)	
		Wartość energetyczna: 2480.94 kcal; Białko ogółem: 85.74 g; Tłuszcz: 72.17 g; Kw. tł. nasy.: 27.89 g; Węglowodany ogółem: 384.29 g; W tym cukry: 60.14 g; Błonnik pok.: 33.10 g; Sól: 12.12 g;	Wartość energetyczna: 2111.42 kcal; Białko ogółem: 85.29 g; Tłuszcz: 47.72 g; Kw. tł. nasy.: 22.23 g; Węglowodany ogółem: 348.03 g; W tym cukry: 64.91 g; Błonnik pok.: 25.71 g; Sól: 7.50 g;	Wartość energetyczna: 2333.04 kcal; Białko ogółem: 86.92 g; Tłuszcz: 61.92 g; Kw. tł. nasy.: 26.84 g; Węglowodany ogółem: 367.89 g; W tym cukry: 83.39 g; Błonnik pok.: 25.79 g; Sól: 7.73 g;	Wartość energetyczna: 2579.14 kcal; Białko ogółem: 122.32 g; Tłuszcz: 79.53 g; Kw. tł. nasy.: 30.49 g; Węglowodany ogółem: 354.03 g; W tym cukry: 65.03 g; Błonnik pok.: 25.83 g; Sól: 9.37 g;	Wartość energetyczna: 2368.97 kcal; Białko ogółem: 99.93 g; Tłuszcz: 62.12 g; Kw. tł. nasy.: 24.37 g; Węglowodany ogółem: 372.73 g; W tym cukry: 45.87 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 13.13 g;	Wartość energetyczna: 2242.76 kcal; Białko ogółem: 86.46 g; Tłuszcz: 52.43 g; Kw. tł. nasy.: 22.53 g; Węglowodany ogółem: 371.95 g; W tym cukry: 81.99 g; Błonnik pok.: 31.87 g; Sól: 7.90 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 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
2024-08-18 niedziela	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu i rzodkiewki 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek z ziołami 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek z ziołami 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek z ziołami 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu i rzodkiewki 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu i rzodkiewki 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 5 g Jabłko 1 szt 1 szt
	II ŚN					Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Schab gotowany 80 g Kotlet schabowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Mizeria 75 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafior, brokuł)* 75 g	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Schab gotowany 80 g Sos własny () 70 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafior, brokuł)* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Szpinak gotowany z olejem* 75 g (GLU PSZ.)	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Schab gotowany 160 g Sos własny () 70 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafior, brokuł)* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Szpinak gotowany z olejem* 75 g (GLU PSZ.)	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Schab gotowany 80 g Sos własny () 70 ml (GLU PSZ, SEL.) Mizeria 75 g (MLE.) Kompot owocowy* b/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafior, brokuł)* 75 g	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Schab gotowany 80 g Sos własny () 70 ml (GLU PSZ, SEL.) Mizeria 75 g (MLE.) Kompot owocowy* b/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafior, brokuł)* 75 g	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Schab gotowany 80 g Sos własny () 70 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafior, brokuł)* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Szpinak gotowany z olejem* 75 g (GLU PSZ.)
	PD		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE.)		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (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.) Kiełbasa Rawska- produkt wieprzowy 60 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 60 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 80 g (SOJ.) 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 indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 60 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 60 g (SOJ.) Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml	
	PN		Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.)		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 15 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2539.81 kcal; Białko ogółem: 92.23 g; Tłuszcz: 70.48 g; Kw. tł. nasy.: 28.54 g; Węglowodany ogółem: 395.73 g; W tym cukry: 73.24 g; Błonnik pok.: 29.94 g; Sól: 8.21 g;	Wartość energetyczna: 2220.17 kcal; Białko ogółem: 98.63 g; Tłuszcz: 54.01 g; Kw. tł. nasy.: 25.23 g; Węglowodany ogółem: 343.44 g; W tym cukry: 75.38 g; Błonnik pok.: 18.97 g; Sól: 6.52 g;	Wartość energetyczna: 2310.17 kcal; Białko ogółem: 101.43 g; Tłuszcz: 56.51 g; Kw. tł. nasy.: 26.11 g; Węglowodany ogółem: 357.44 g; W tym cukry: 80.88 g; Błonnik pok.: 19.27 g; Sól: 6.62 g;	Wartość energetyczna: 2467.04 kcal; Białko ogółem: 134.72 g; Tłuszcz: 62.52 g; Kw. tł. nasy.: 29.20 g; Węglowodany ogółem: 350.13 g; W tym cukry: 80.17 g; Błonnik pok.: 18.97 g; Sól: 7.46 g;	Wartość energetyczna: 2180.92 kcal; Białko ogółem: 109.70 g; Tłuszcz: 53.11 g; Kw. tł. nasy.: 26.16 g; Węglowodany ogółem: 336.41 g; W tym cukry: 38.51 g; Błonnik pok.: 40.18 g; Sól: 8.92 g;	Wartość energetyczna: 2229.18 kcal; Białko ogółem: 95.27 g; Tłuszcz: 45.38 g; Kw. tł. nasy.: 19.91 g; Węglowodany ogółem: 368.94 g; W tym cukry: 88.52 g; Błonnik pok.: 19.77 g; Sól: 9.67 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,