

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- ZW D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P02 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW D07 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW Oszczędzająca
2026-05-11 poniedziałek	Śniadanie	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 50 g	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 50 g	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Poledwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 20 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 50 g	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	II ŚN				Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	
Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z selera i jabłka b/c 75 g (<u>MLE, SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z serem b/c 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Jabłka prażone b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z serem b/c 400 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Jabłka prażone b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z selera i jabłka b/c 75 g (<u>MLE, SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z serem b/c 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Jabłka prażone b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	
PD		Banan 1szt. 1 szt		Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por		
Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasztet drobiowo- wieprzowy z wątróbką 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, MLE, GOR, GLU OW.</u>) Ogórek świeży 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Salata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Salata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Ogórek świeży 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL</u>)	
PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>)			Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>)	
	Wartość energetyczna: 2459.99 kcal; Białko ogółem: 73.15 g; Tłuszcz: 60.17 g; Kw. tł. nasy.: 25.21 g; Węglowodany ogółem: 435.67 g; W tym cukry: 70.09 g; Błonnik pok.: 32.41 g; Sód: 3809.59 mg;	Wartość energetyczna: 2236.36 kcal; Białko ogółem: 81.84 g; Tłuszcz: 51.77 g; Kw. tł. nasy.: 25.08 g; Węglowodany ogółem: 376.38 g; W tym cukry: 69.47 g; Błonnik pok.: 17.92 g; Sód: 2139.75 mg;	Wartość energetyczna: 2430.36 kcal; Białko ogółem: 83.84 g; Tłuszcz: 52.37 g; Kw. tł. nasy.: 25.32 g; Węglowodany ogółem: 423.38 g; W tym cukry: 107.87 g; Błonnik pok.: 21.32 g; Sód: 2141.75 mg;	Wartość energetyczna: 2509.80 kcal; Białko ogółem: 98.00 g; Tłuszcz: 58.10 g; Kw. tł. nasy.: 27.45 g; Węglowodany ogółem: 415.74 g; W tym cukry: 83.72 g; Błonnik pok.: 21.41 g; Sód: 2542.71 mg;	Wartość energetyczna: 2171.64 kcal; Białko ogółem: 79.15 g; Tłuszcz: 60.76 g; Kw. tł. nasy.: 25.10 g; Węglowodany ogółem: 374.48 g; W tym cukry: 33.21 g; Błonnik pok.: 45.03 g; Sód: 3380.99 mg;	Wartość energetyczna: 2325.82 kcal; Białko ogółem: 82.80 g; Tłuszcz: 50.92 g; Kw. tł. nasy.: 24.42 g; Węglowodany ogółem: 401.13 g; W tym cukry: 83.98 g; Błonnik pok.: 21.79 g; Sód: 2502.99 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA ŁÓDŹ

		ŁÓDŹ- ZW D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P02 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW D07 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW Oszczędzająca	
2026-05-12 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, 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) Pasta z ciecierzycy z warzywami* 60 g (SEL) Jabłko 1 szt 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 60 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z ciecierzycy z warzywami* 60 g (SEL) Jabłko 1 szt 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 60 g (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		
	II ŚN					Chrupki kukurydziane 25 g		
	Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryz na sypko 200 g Pulpet wieprzowy 70 g (GLU PSZ, JAJ) Sos cygański 70 g (GLU PSZ, SEL) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 75 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryz na sypko 200 g Pulpet wieprzowy 70 g (GLU PSZ, JAJ) Sos koperkowy* 70 ml (GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane drobno tarte 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryz na sypko 200 g Pulpet wieprzowy 70 g (GLU PSZ, JAJ) Pulpet wieprzowy 70 g (GLU PSZ, JAJ) Sos koperkowy* 70 ml (GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane drobno tarte 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryz na sypko (brązowy) 200 g Pulpet wieprzowy 70 g (GLU PSZ, JAJ) Sos cygański 70 g (GLU PSZ, SEL) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 75 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryz na sypko 200 g Pulpet wieprzowy 70 g (GLU PSZ, JAJ) Sos koperkowy* 70 ml (GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane drobno tarte 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 300 ml		
	PD			Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml		
	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) Rzodkiewka 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) Rzodkiewka 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) Miód (25g) 1 szt		
	PN		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE)		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalanej 20 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Sałata zielona 5 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE)		
	Wartość energetyczna: 2725.54 kcal; Białko ogółem: 86.47 g; Tłuszcz: 71.87 g; Kw. tł. nasy.: 27.47 g; Węglowodany ogółem: 465.54 g; W tym cukry: 81.58 g; Błonnik pok.: 35.54 g; Sód: 3616.49 mg;	Wartość energetyczna: 2415.80 kcal; Białko ogółem: 90.03 g; Tłuszcz: 59.69 g; Kw. tł. nasy.: 27.71 g; Węglowodany ogółem: 394.50 g; W tym cukry: 86.95 g; Błonnik pok.: 19.40 g; Sód: 2228.79 mg;	Wartość energetyczna: 2529.90 kcal; Białko ogółem: 90.07 g; Tłuszcz: 59.69 g; Kw. tł. nasy.: 27.71 g; Węglowodany ogółem: 423.02 g; W tym cukry: 109.67 g; Błonnik pok.: 19.42 g; Sód: 2244.89 mg;	Wartość energetyczna: 2755.32 kcal; Białko ogółem: 112.83 g; Tłuszcz: 70.96 g; Kw. tł. nasy.: 31.34 g; Węglowodany ogółem: 431.42 g; W tym cukry: 110.45 g; Błonnik pok.: 19.62 g; Sód: 2549.90 mg;	Wartość energetyczna: 2469.83 kcal; Białko ogółem: 83.92 g; Tłuszcz: 69.99 g; Kw. tł. nasy.: 24.17 g; Węglowodany ogółem: 422.83 g; W tym cukry: 42.63 g; Błonnik pok.: 51.51 g; Sód: 3307.07 mg;	Wartość energetyczna: 2485.24 kcal; Białko ogółem: 89.63 g; Tłuszcz: 59.58 g; Kw. tł. nasy.: 27.68 g; Węglowodany ogółem: 412.15 g; W tym cukry: 104.68 g; Błonnik pok.: 18.75 g; Sód: 2226.19 mg;		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA ŁÓDŹ

		ŁÓDŹ- ZW D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P02 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW D07 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW Oszczędzająca
2026-05-13 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Sałatka śledziowa z cebulą i olejem 100 g (<u>RYB</u>) Sałata zielona 10 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 60 g (<u>RYB, SEL</u>) Sałata zielona 10 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL</u>) Sałata zielona 10 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL</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>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 60 g (<u>RYB, SEL</u>) Ogórek świeży 50 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 60 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR</u>) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt
	II ŚN					Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (<u>MLE</u>)	
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, SO2</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Kotlet drobiowy panierowany z udzca 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Surówka z marchwi i jabłka b/c 75 g (<u>MLE</u>) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Filet z kurczaka gotowany 70 g Sos pietruszkowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Marchew gotowana z olejem 75 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml			Pieczarkowa z makaronem* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, SO2</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Filet z kurczaka gotowany 250 g Filet z kurczaka gotowany 70 g Sos pietruszkowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z marchwi i jabłka b/c 75 g (<u>MLE</u>) Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Ryżowa* 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Filet z kurczaka gotowany 70 g Sos pietruszkowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD		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% 12 g (<u>MLE</u>) Poledwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z 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>) Poledwica 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 z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 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>) Poledwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Poledwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Buraczki gotowane 50 g
	PN		Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt			Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Sałata zielona 5 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2528.93 kcal; Białko ogółem: 83.52 g; Tłuszcz: 68.48 g; Kw. tł. nasy.: 24.78 g; Węglowodany ogółem: 426.16 g; W tym cukry: 72.84 g; Błonnik pok.: 30.02 g; Sód: 4393.04 mg;	Wartość energetyczna: 2092.96 kcal; Białko ogółem: 86.40 g; Tłuszcz: 41.82 g; Kw. tł. nasy.: 19.19 g; Węglowodany ogółem: 360.13 g; W tym cukry: 74.16 g; Błonnik pok.: 20.47 g; Sód: 2519.42 mg;	Wartość energetyczna: 2286.96 kcal; Białko ogółem: 88.40 g; Tłuszcz: 42.42 g; Kw. tł. nasy.: 19.43 g; Węglowodany ogółem: 407.13 g; W tym cukry: 112.56 g; Błonnik pok.: 23.87 g; Sód: 2521.42 mg;	Wartość energetyczna: 2212.43 kcal; Białko ogółem: 92.56 g; Tłuszcz: 44.14 g; Kw. tł. nasy.: 19.56 g; Węglowodany ogółem: 380.14 g; W tym cukry: 89.30 g; Błonnik pok.: 23.84 g; Sód: 2744.53 mg;	Wartość energetyczna: 2167.57 kcal; Białko ogółem: 99.37 g; Tłuszcz: 50.14 g; Kw. tł. nasy.: 23.08 g; Węglowodany ogółem: 375.43 g; W tym cukry: 42.85 g; Błonnik pok.: 40.96 g; Sód: 3274.56 mg;	Wartość energetyczna: 2169.23 kcal; Białko ogółem: 82.68 g; Tłuszcz: 41.36 g; Kw. tł. nasy.: 19.46 g; Węglowodany ogółem: 385.07 g; W tym cukry: 90.69 g; Błonnik pok.: 22.88 g; Sód: 2852.49 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA ŁÓDŹ

		ŁÓDŹ- ZW D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P02 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW D07 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW Oszczędzająca
2026-05-14 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser topiony 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy homogenizowany 80 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy homogenizowany 80 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek prażonych 100 g
	II SN					Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Fasolka po bretońsku 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Salatka szwedzka z olejem b/c 75 g (<u>GOR.</u>)	Ziemniaczana * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 70 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Cukinia pieczona z olejem * 75 g	Ziemniaczana * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 70 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Cukinia pieczona z olejem * 75 g	Ziemniaczana * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 70 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Cukinia pieczona z olejem * 75 g	Barszcz biały z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 70 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml Salatka szwedzka z olejem b/c 75 g (<u>GOR.</u>)	Ziemniaczana * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 70 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Cukinia pieczona z olejem * 75 g
	PD			Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml		Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Salatka jarzynowa 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Salatka jarzynowa - 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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Salatka jarzynowa 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Salatka jarzynowa - 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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Salatka 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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml
	PN			Chaika 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Poledwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Salata zielona 5 g	Chaika 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2898.47 kcal; Białko ogółem: 85.54 g; Tłuszcz: 87.60 g; Kw. tł. nasy.: 38.09 g; Węglowodany ogółem: 476.33 g; W tym cukry: 63.16 g; Błonnik pok.: 40.22 g; Sód: 5298.45 mg;	Wartość energetyczna: 2374.29 kcal; Białko ogółem: 86.54 g; Tłuszcz: 63.71 g; Kw. tł. nasy.: 27.08 g; Węglowodany ogółem: 379.83 g; W tym cukry: 66.78 g; Błonnik pok.: 21.87 g; Sód: 2423.83 mg;	Wartość energetyczna: 2488.39 kcal; Białko ogółem: 86.58 g; Tłuszcz: 63.71 g; Kw. tł. nasy.: 27.08 g; Węglowodany ogółem: 408.35 g; W tym cukry: 89.50 g; Błonnik pok.: 21.89 g; Sód: 2439.93 mg;	Wartość energetyczna: 2732.41 kcal; Białko ogółem: 111.73 g; Tłuszcz: 87.54 g; Kw. tł. nasy.: 33.34 g; Węglowodany ogółem: 390.68 g; W tym cukry: 71.49 g; Błonnik pok.: 22.10 g; Sód: 2894.79 mg;	Wartość energetyczna: 2236.77 kcal; Białko ogółem: 89.24 g; Tłuszcz: 65.74 g; Kw. tł. nasy.: 27.27 g; Węglowodany ogółem: 367.99 g; W tym cukry: 36.06 g; Błonnik pok.: 43.50 g; Sód: 3679.41 mg;	Wartość energetyczna: 2530.75 kcal; Białko ogółem: 84.55 g; Tłuszcz: 63.28 g; Kw. tł. nasy.: 26.85 g; Węglowodany ogółem: 419.68 g; W tym cukry: 97.84 g; Błonnik pok.: 20.93 g; Sód: 2369.64 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA ŁÓDŹ

		ŁÓDŹ- ZW D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P02 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW D07 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW Oszczędzająca	
2026-05-15 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, GOR</u>) Salata zielona 10 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Salata zielona 10 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Salata zielona 10 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Salata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Salata zielona 10 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ</u>) Marchew gotowana z olejem 50 g	
	II SN					Jabłko 1 szt 1 szt		
	Obiad	Szpinakowa z zacierką* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet rybny (Morszczuk) 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g (<u>SEL</u>)	Szpinakowa z zacierką* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 70 g (<u>RYB</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g (<u>SEL</u>) Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 70 g (<u>RYB</u>) Sos ziołowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g (<u>SEL</u>) Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 2 [Por] x 70 g (<u>RYB</u>) Sos ziołowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g (<u>SEL</u>) Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 70 g (<u>RYB</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 70 g (<u>RYB</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 75 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 70 g (<u>RYB</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 75 g (<u>SEL</u>) Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD			Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 100 g (<u>SEL</u>)		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek na słodko 40 g (<u>MLE</u>) Mandarynka 1 szt Dżem 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek na słodko 40 g (<u>MLE</u>) Dżem 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek na słodko 40 g (<u>MLE</u>) Dżem 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek na słodko 80 g (<u>MLE</u>) Mandarynka 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE</u>) Mandarynka 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek 40 g (<u>MLE</u>) Dżem 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	PN	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt				Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2448.33 kcal; Białko ogółem: 84.07 g; Tłuszcz: 54.63 g; Kw. tł. nasy.: 22.64 g; Węglowodany ogółem: 432.97 g; W tym cukry: 89.01 g; Błonnik pok.: 28.63 g; Sód: 3464.03 mg;	Wartość energetyczna: 2263.57 kcal; Białko ogółem: 88.87 g; Tłuszcz: 50.01 g; Kw. tł. nasy.: 22.07 g; Węglowodany ogółem: 378.80 g; W tym cukry: 98.89 g; Błonnik pok.: 20.70 g; Sód: 2200.67 mg;	Wartość energetyczna: 2498.53 kcal; Białko ogółem: 93.93 g; Tłuszcz: 51.83 g; Kw. tł. nasy.: 22.68 g; Węglowodany ogółem: 401.63 g; W tym cukry: 94.56 g; Błonnik pok.: 21.78 g; Sód: 2350.26 mg;	Wartość energetyczna: 2518.97 kcal; Białko ogółem: 125.74 g; Tłuszcz: 62.83 g; Kw. tł. nasy.: 25.88 g; Węglowodany ogółem: 376.38 g; W tym cukry: 93.26 g; Błonnik pok.: 19.82 g; Sód: 2483.58 mg;	Wartość energetyczna: 2213.47 kcal; Białko ogółem: 94.76 g; Tłuszcz: 63.16 g; Kw. tł. nasy.: 27.29 g; Węglowodany ogółem: 363.76 g; W tym cukry: 41.22 g; Błonnik pok.: 45.82 g; Sód: 3156.83 mg;	Wartość energetyczna: 2234.40 kcal; Białko ogółem: 88.65 g; Tłuszcz: 48.58 g; Kw. tł. nasy.: 21.22 g; Węglowodany ogółem: 380.44 g; W tym cukry: 99.62 g; Błonnik pok.: 22.29 g; Sód: 2406.00 mg;		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA ŁÓDŹ

		ŁÓDŹ- ZW D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P02 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW D07 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW Oszczędzająca
2026-05-16 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>) Pasztet z soczewicy* 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (<u>SOJ. MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 60 g (<u>SOJ. MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasztet z soczewicy* 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) 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>) Pasztet z soczewicy* 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (<u>SOJ. MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Buraczki gotowane 50 g
	II ŚN					Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Kalafiór gotowany* 75 g	Koperkowa z ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Warzywa po grecku 75 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kalafiór gotowany* 75 g	Koperkowa z ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Warzywa po grecku 75 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kalafiór gotowany* 75 g	Koperkowa z ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 250 g Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Kalafiór gotowany* 75 g	Koperkowa z ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Warzywa po grecku 75 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kalafiór gotowany* 75 g	
	PD			Wafelki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt	
	Kolacja	Musztarda 20 g (<u>GOR.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 80 g (<u>SOJ.</u>) 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 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% 10 g (<u>MLE.</u>) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 120 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Musztarda 20 g (<u>GOR.</u>) 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 Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
PN		Jabłko 1 szt 1 szt			Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser topiony 20 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2622.23 kcal; Białko ogółem: 80.86 g; Tłuszcz: 73.15 g; Kw. tł. nasy.: 24.77 g; Węglowodany ogółem: 441.25 g; W tym cukry: 62.13 g; Błonnik pok.: 34.66 g; Sód: 3811.91 mg;	Wartość energetyczna: 2136.13 kcal; Białko ogółem: 73.89 g; Tłuszcz: 48.46 g; Kw. tł. nasy.: 19.50 g; Węglowodany ogółem: 367.28 g; W tym cukry: 60.68 g; Błonnik pok.: 20.92 g; Sód: 2410.20 mg;	Wartość energetyczna: 2452.68 kcal; Białko ogółem: 80.18 g; Tłuszcz: 72.45 g; Kw. tł. nasy.: 29.79 g; Węglowodany ogółem: 385.56 g; W tym cukry: 60.76 g; Błonnik pok.: 21.00 g; Sód: 2776.60 mg;	Wartość energetyczna: 2548.03 kcal; Białko ogółem: 97.36 g; Tłuszcz: 78.75 g; Kw. tł. nasy.: 29.05 g; Węglowodany ogółem: 377.80 g; W tym cukry: 65.51 g; Błonnik pok.: 21.55 g; Sód: 3366.98 mg;	Wartość energetyczna: 2563.75 kcal; Białko ogółem: 94.84 g; Tłuszcz: 73.91 g; Kw. tł. nasy.: 28.38 g; Węglowodany ogółem: 423.70 g; W tym cukry: 47.17 g; Błonnik pok.: 49.92 g; Sód: 3406.10 mg;	Wartość energetyczna: 2257.25 kcal; Białko ogółem: 74.06 g; Tłuszcz: 48.38 g; Kw. tł. nasy.: 19.47 g; Węglowodany ogółem: 397.68 g; W tym cukry: 85.10 g; Błonnik pok.: 21.10 g; Sód: 2445.64 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA ŁÓDŹ

		ŁÓDŹ- ZW D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P02 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW D07 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW Oszczędzająca	
2026-05-17 niedziela	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu waniliowa 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt		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>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) 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% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu waniliowa 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	II ŚN	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)						
	Obiad	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 75 g Fasolka szparagowa z wody* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml			Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 75 g Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 75 g Dyńa duszona z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	
	PD		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Baleron z indyka kielbasa drobiowa grubo rozdrobniona parzona z dodatkiem białka wieprzowego w osłonce niejadalnej 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml		Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml	Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Marchew gotowana z olejem 50 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml	
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g				Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 20 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 5 g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g	
		Wartość energetyczna: 2422.67 kcal; Białko ogółem: 84.92 g; Tłuszcz: 62.03 g; Kw. tł. nasy.: 31.19 g; Węglowodany ogółem: 407.78 g; W tym cukry: 59.26 g; Błonnik pok.: 30.46 g; Sód: 4112.73 mg;	Wartość energetyczna: 2103.81 kcal; Białko ogółem: 85.93 g; Tłuszcz: 43.60 g; Kw. tł. nasy.: 21.13 g; Węglowodany ogółem: 357.11 g; W tym cukry: 66.06 g; Błonnik pok.: 20.25 g; Sód: 2412.84 mg;	Wartość energetyczna: 2217.91 kcal; Białko ogółem: 85.97 g; Tłuszcz: 43.60 g; Kw. tł. nasy.: 21.13 g; Węglowodany ogółem: 385.63 g; W tym cukry: 88.78 g; Błonnik pok.: 20.27 g; Sód: 2428.94 mg;	Wartość energetyczna: 2210.90 kcal; Białko ogółem: 95.22 g; Tłuszcz: 47.97 g; Kw. tł. nasy.: 23.03 g; Węglowodany ogółem: 364.64 g; W tym cukry: 71.37 g; Błonnik pok.: 20.25 g; Sód: 2658.25 mg;	Wartość energetyczna: 2299.78 kcal; Białko ogółem: 99.82 g; Tłuszcz: 65.05 g; Kw. tł. nasy.: 32.30 g; Węglowodany ogółem: 374.97 g; W tym cukry: 41.11 g; Błonnik pok.: 39.49 g; Sód: 3898.77 mg;	Wartość energetyczna: 2151.36 kcal; Białko ogółem: 85.82 g; Tłuszcz: 46.46 g; Kw. tł. nasy.: 21.37 g; Węglowodany ogółem: 361.61 g; W tym cukry: 68.79 g; Błonnik pok.: 21.40 g; Sód: 2427.80 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA ŁÓDŹ

		ŁÓDŹ- ZW D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P02 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW D07 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW Oszczędzająca	
2026-05-18 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW, 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>) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Rzodkiewka 50 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW, OW</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW, OW</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW, OW</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Rzodkiewka 50 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW, 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	II SN					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 na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 100 g Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 100 g Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml				Wielowarzywna z ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Pulpet wieprzowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos dyniowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos dyniowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD			Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Jogurt owoce leśne 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% 12 g (<u>MLE</u>) Poledwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z 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>) Poledwica 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 z/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL</u>) 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 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>) Poledwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Buraczki gotowane 50 g	
	PN		Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt			Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2416.98 kcal; Białko ogółem: 69.91 g; Tłuszcz: 52.15 g; Kw. tł. nasy.: 24.79 g; Węglowodany ogółem: 448.70 g; W tym cukry: 84.43 g; Błonnik pok.: 30.19 g; Sód: 3375.42 mg;	Wartość energetyczna: 2146.13 kcal; Białko ogółem: 67.44 g; Tłuszcz: 42.23 g; Kw. tł. nasy.: 21.62 g; Węglowodany ogółem: 390.09 g; W tym cukry: 83.71 g; Błonnik pok.: 17.08 g; Sód: 1990.68 mg;	Wartość energetyczna: 2260.23 kcal; Białko ogółem: 67.48 g; Tłuszcz: 42.23 g; Kw. tł. nasy.: 21.62 g; Węglowodany ogółem: 418.61 g; W tym cukry: 106.43 g; Błonnik pok.: 17.10 g; Sód: 2006.78 mg;	Wartość energetyczna: 2278.05 kcal; Białko ogółem: 77.00 g; Tłuszcz: 45.91 g; Kw. tł. nasy.: 23.21 g; Węglowodany ogółem: 405.90 g; W tym cukry: 89.97 g; Błonnik pok.: 17.49 g; Sód: 2241.87 mg;	Wartość energetyczna: 2310.64 kcal; Białko ogółem: 94.55 g; Tłuszcz: 64.70 g; Kw. tł. nasy.: 26.54 g; Węglowodany ogółem: 381.40 g; W tym cukry: 41.28 g; Błonnik pok.: 47.64 g; Sód: 3133.10 mg;	Wartość energetyczna: 2382.82 kcal; Białko ogółem: 82.01 g; Tłuszcz: 57.70 g; Kw. tł. nasy.: 22.60 g; Węglowodany ogółem: 400.21 g; W tym cukry: 96.73 g; Błonnik pok.: 23.31 g; Sód: 2620.05 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- ZW D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P02 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW D07 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW Oszczędzająca	
2026-05-19 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Ogórek świeży 50 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Salata 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Salata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Ogórek świeży 50 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (<u>SEL,</u>)	
	II ŚN				Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)		
	Obiad	Grochowa z ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JEĆZ,</u>) Szynka wieprzowa pieczona 70 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Buraczki gotowane 75 g	Solferino* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JEĆZ,</u>) Szynka wieprzowa pieczona 70 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Marchew gotowana z olejem 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Buraczki gotowane 75 g	Solferino* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JEĆZ,</u>) Szynka wieprzowa pieczona 70 g Zrazik wieprzowy pieczony mielony 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Marchew gotowana z olejem 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Buraczki gotowane 75 g	Grochowa z ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JEĆZ,</u>) Szynka wieprzowa pieczona 70 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Salatka z buraczków i jabłka z olejem 75 g	Solferino* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JEĆZ,</u>) Szynka wieprzowa pieczona 70 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Marchew gotowana z olejem 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Buraczki gotowane 75 g	
	PD			Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) 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	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Kalaflor gotowany* 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Kalaflor gotowany* 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Kalaflor gotowany* 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	PN		Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Poledwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Salata zielona 5 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2468.46 kcal; Białko ogółem: 92.16 g; Tłuszcz: 53.15 g; Kw. tł. nasy.: 22.69 g; Węglowodany ogółem: 439.62 g; W tym cukry: 72.77 g; Błonnik pok.: 35.45 g; Sód: 3635.81 mg;	Wartość energetyczna: 2180.04 kcal; Białko ogółem: 84.42 g; Tłuszcz: 48.04 g; Kw. tł. nasy.: 22.03 g; Węglowodany ogółem: 370.46 g; W tym cukry: 77.66 g; Błonnik pok.: 20.92 g; Sód: 2423.03 mg;	Wartość energetyczna: 2294.14 kcal; Białko ogółem: 84.46 g; Tłuszcz: 48.04 g; Kw. tł. nasy.: 22.03 g; Węglowodany ogółem: 398.98 g; W tym cukry: 100.38 g; Błonnik pok.: 20.94 g; Sód: 2439.13 mg;	Wartość energetyczna: 2437.62 kcal; Białko ogółem: 106.71 g; Tłuszcz: 60.97 g; Kw. tł. nasy.: 25.97 g; Węglowodany ogółem: 383.68 g; W tym cukry: 81.96 g; Błonnik pok.: 21.13 g; Sód: 2812.79 mg;	Wartość energetyczna: 2277.66 kcal; Białko ogółem: 98.02 g; Tłuszcz: 59.91 g; Kw. tł. nasy.: 24.04 g; Węglowodany ogółem: 383.59 g; W tym cukry: 31.54 g; Błonnik pok.: 43.45 g; Sód: 3417.96 mg;	Wartość energetyczna: 2244.40 kcal; Białko ogółem: 85.76 g; Tłuszcz: 48.77 g; Kw. tł. nasy.: 21.73 g; Węglowodany ogółem: 389.72 g; W tym cukry: 93.08 g; Błonnik pok.: 24.43 g; Sód: 2667.33 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA ŁÓDŹ

	ŁÓDŹ- ZW D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P02 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW D07 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW Oszczędzająca	
2026-05-20 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 60 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 60 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 60 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 60 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	II ŚN				Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)		
	Obiad	Grysikowa * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z marchwi i jabłka b/c 75 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Cukinia pieczona z olejem * 75 g	Grysikowa * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g	Grysikowa * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Grysikowa * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 2 [Por] x 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Grysikowa * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z marchwi i jabłka b/c 75 g (<u>MLE</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Grysikowa * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Cukinia pieczona z olejem * 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g
	PD			Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE</u>)	Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 60 g (<u>RYB, SEL</u>) Rzodkiewka 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 60 g (<u>RYB, SEL</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami** 80 g (<u>RYB, SEL</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 60 g (<u>RYB, SEL</u>) Rzodkiewka 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Dżem 50 g
	PN		Banan 1szt. 1 szt		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 20 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>) Sałata zielona 5 g	Banan 1szt. 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2709.30 kcal; Białko ogółem: 82.31 g; Tłuszcz: 68.03 g; Kw. tł. nasy.: 25.22 g; Węglowodany ogółem: 475.39 g; W tym cukry: 112.31 g; Błonnik pok.: 36.15 g; Sód: 3781.04 mg;	Wartość energetyczna: 2445.81 kcal; Białko ogółem: 85.09 g; Tłuszcz: 55.91 g; Kw. tł. nasy.: 22.17 g; Węglowodany ogółem: 416.63 g; W tym cukry: 112.70 g; Błonnik pok.: 22.54 g; Sód: 2105.74 mg;	Wartość energetyczna: 2509.81 kcal; Białko ogółem: 88.99 g; Tłuszcz: 58.91 g; Kw. tł. nasy.: 23.36 g; Węglowodany ogółem: 421.93 g; W tym cukry: 116.90 g; Błonnik pok.: 22.54 g; Sód: 2168.74 mg;	Wartość energetyczna: 2887.87 kcal; Białko ogółem: 113.51 g; Tłuszcz: 82.46 g; Kw. tł. nasy.: 31.48 g; Węglowodany ogółem: 442.47 g; W tym cukry: 115.03 g; Błonnik pok.: 24.82 g; Sód: 2598.25 mg;	Wartość energetyczna: 2292.21 kcal; Białko ogółem: 88.51 g; Tłuszcz: 71.58 g; Kw. tł. nasy.: 26.16 g; Węglowodany ogółem: 368.05 g; W tym cukry: 31.32 g; Błonnik pok.: 40.47 g; Sód: 3595.13 mg;	Wartość energetyczna: 2464.45 kcal; Białko ogółem: 80.79 g; Tłuszcz: 52.35 g; Kw. tł. nasy.: 21.97 g; Węglowodany ogółem: 432.92 g; W tym cukry: 128.85 g; Błonnik pok.: 21.20 g; Sód: 2368.38 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA ŁÓDŹ

		ŁÓDŹ- ZW D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P02 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW D07 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW Oszczędzająca
2026-05-21 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 50 g Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 50 g Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 50 g Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Salatka z ryżu*- meksykańska 50 g (<u>JAJ, SEL, GOR.</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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (<u>SEL</u>) Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>)	
	II ŚN					Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka wielowarzynna z olejem b/c 75 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Brokuł gotowany* 75 g	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Marchew gotowana z olejem 75 g	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Marchew gotowana z olejem 75 g	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka wielowarzynna z olejem b/c 75 g (<u>SEL.</u>) Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Marchew gotowana z olejem 75 g	
	PD			Banan 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt	
	Kolejca	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 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>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 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>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 60 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>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 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>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Mus z jabłek () z/c 50 g	
	PN		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml			Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 5 g	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml
	Wartość energetyczna: 2590.62 kcal; Białko ogółem: 82.72 g; Tłuszcz: 61.62 g; Kw. tł. nasy.: 24.02 g; Węglowodany ogółem: 457.15 g; W tym cukry: 83.36 g; Błonnik pok.: 31.78 g; Sód: 4072.46 mg;	Wartość energetyczna: 2339.83 kcal; Białko ogółem: 78.99 g; Tłuszcz: 55.33 g; Kw. tł. nasy.: 23.23 g; Węglowodany ogółem: 397.59 g; W tym cukry: 87.53 g; Błonnik pok.: 20.21 g; Sód: 2668.94 mg;	Wartość energetyczna: 2533.83 kcal; Białko ogółem: 80.99 g; Tłuszcz: 55.93 g; Kw. tł. nasy.: 23.47 g; Węglowodany ogółem: 444.59 g; W tym cukry: 125.93 g; Błonnik pok.: 23.61 g; Sód: 2670.94 mg;	Wartość energetyczna: 2641.55 kcal; Białko ogółem: 104.29 g; Tłuszcz: 71.79 g; Kw. tł. nasy.: 28.51 g; Węglowodany ogółem: 411.02 g; W tym cukry: 91.84 g; Błonnik pok.: 20.42 g; Sód: 3246.81 mg;	Wartość energetyczna: 2367.43 kcal; Białko ogółem: 94.42 g; Tłuszcz: 70.75 g; Kw. tł. nasy.: 26.65 g; Węglowodany ogółem: 386.87 g; W tym cukry: 39.36 g; Błonnik pok.: 46.87 g; Sód: 3792.92 mg;	Wartość energetyczna: 2403.49 kcal; Białko ogółem: 79.34 g; Tłuszcz: 57.13 g; Kw. tł. nasy.: 23.60 g; Węglowodany ogółem: 411.56 g; W tym cukry: 90.51 g; Błonnik pok.: 22.65 g; Sód: 2717.33 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA ŁÓDŹ

		ŁÓDŹ- ZW D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P02 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW D07 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW Oszczędzająca
2026-05-22 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek twarogowy homogenizowany 40 g (<u>MLE,</u>) Powidła śliwkowe 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek twarogowy homogenizowany 40 g (<u>MLE,</u>) Dżem 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek twarogowy homogenizowany 80 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek twarogowy homogenizowany 40 g (<u>MLE,</u>) Dżem 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	II SN					Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)	
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba smażona (Morszczuk) 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 75 g Warzywa po grecku 75 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ryżowa* 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet rybny (Morszczuk) 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Warzywa po grecku 75 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Cukinia pieczona z olejem* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ryżowa* 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet rybny (Morszczuk) 140 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Warzywa po grecku 75 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Cukinia pieczona z olejem* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet rybny (Morszczuk) 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 75 g Warzywa po grecku 75 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Cukinia pieczona z olejem* 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Ryżowa* 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet rybny (Morszczuk) 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Warzywa po grecku 75 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Cukinia pieczona z olejem* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	
	PD			Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>)	Surówka z selera i jabłka b/c 100 g (<u>MLE, SEL,</u>)	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem 60 g (<u>JAJ, GOR,</u>) Ogórek świeży 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem-dieta 60 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Salata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem-dieta 60 g (<u>JAJ, MLE,</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>) Pasta z jaj z koperkiem-dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</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>) Pasta z jaj z koperkiem-dieta 60 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Ogórek świeży 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
	PN			Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Ser zółty 20 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 5 g	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)
		Wartość energetyczna: 2811.30 kcal; Białko ogółem: 92.14 g; Tłuszcz: 66.18 g; Kw. tł. nasy.: 23.94 g; Węglowodany ogółem: 464.51 g; W tym cukry: 83.71 g; Błonnik pok.: 32.10 g; Sód: 3733.49 mg;	Wartość energetyczna: 2515.97 kcal; Białko ogółem: 89.58 g; Tłuszcz: 52.27 g; Kw. tł. nasy.: 22.78 g; Węglowodany ogółem: 409.60 g; W tym cukry: 86.93 g; Błonnik pok.: 19.84 g; Sód: 2226.51 mg;	Wartość energetyczna: 2589.37 kcal; Białko ogółem: 89.62 g; Tłuszcz: 52.27 g; Kw. tł. nasy.: 22.78 g; Węglowodany ogółem: 427.95 g; W tym cukry: 99.48 g; Błonnik pok.: 19.86 g; Sód: 2242.50 mg;	Wartość energetyczna: 2862.62 kcal; Białko ogółem: 124.82 g; Tłuszcz: 66.97 g; Kw. tł. nasy.: 28.46 g; Węglowodany ogółem: 430.71 g; W tym cukry: 81.44 g; Błonnik pok.: 21.71 g; Sód: 2927.66 mg;	Wartość energetyczna: 2277.46 kcal; Białko ogółem: 98.77 g; Tłuszcz: 65.25 g; Kw. tł. nasy.: 29.37 g; Węglowodany ogółem: 371.41 g; W tym cukry: 35.16 g; Błonnik pok.: 43.28 g; Sód: 3476.12 mg;	Wartość energetyczna: 2570.43 kcal; Białko ogółem: 85.59 g; Tłuszcz: 47.03 g; Kw. tł. nasy.: 20.79 g; Węglowodany ogółem: 439.08 g; W tym cukry: 108.89 g; Błonnik pok.: 19.65 g; Sód: 2521.93 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA ŁÓDŹ

		ŁÓDŹ- ZW D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P02 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW D07 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW Oszczędzająca	
2026-05-23 sobota	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drobiowej 100 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drobiowej 100 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>)			Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JA, J, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JA, J, SEL, GOR.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (<u>SEL.</u>)	
	II ŚN					Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)		
	Obiad	Selerowa z ziemniakami* 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Potrawka drobiowa z warzywami* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Surówka z kapusty białej z olejem 75 g	Selerowa z ziemniakami* 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Potrawka drobiowa z warzywami* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Kalałior gotowany* 75 g	Selerowa z ziemniakami* 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Potrawka drobiowa z warzywami* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Buraczki gotowane drobno tarte 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Kalałior gotowany* 75 g	Selerowa z ziemniakami* 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Potrawka drobiowa z warzywami* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml Surówka z kapusty białej z olejem 75 g	Selerowa z ziemniakami* 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Potrawka drobiowa z warzywami* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml		
	PD			Jabłko 1 szt 1 szt	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadanej) 80 g (<u>SOJ.</u>) Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 40 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadanej) 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadanej) 120 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 40 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 40 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE.</u>)				Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Wartość energetyczna: 2407.07 kcal; Białko ogółem: 75.05 g; Tłuszcz: 65.11 g; Kw. tł. nasy.: 26.63 g; Węglowodany ogółem: 410.22 g; W tym cukry: 61.26 g; Błonnik pok.: 34.52 g; Sód: 4110.43 mg;	Wartość energetyczna: 1994.88 kcal; Białko ogółem: 70.66 g; Tłuszcz: 43.57 g; Kw. tł. nasy.: 21.53 g; Węglowodany ogółem: 347.74 g; W tym cukry: 59.96 g; Błonnik pok.: 22.99 g; Sód: 2288.31 mg;	Wartość energetyczna: 2222.81 kcal; Białko ogółem: 75.62 g; Tłuszcz: 58.61 g; Kw. tł. nasy.: 25.75 g; Węglowodany ogółem: 366.77 g; W tym cukry: 74.59 g; Błonnik pok.: 26.07 g; Sód: 2656.75 mg;	Wartość energetyczna: 2438.18 kcal; Białko ogółem: 102.12 g; Tłuszcz: 75.10 g; Kw. tł. nasy.: 30.74 g; Węglowodany ogółem: 355.39 g; W tym cukry: 64.28 g; Błonnik pok.: 23.11 g; Sód: 3207.10 mg;	Wartość energetyczna: 2208.89 kcal; Białko ogółem: 84.25 g; Tłuszcz: 57.21 g; Kw. tł. nasy.: 26.97 g; Węglowodany ogółem: 386.20 g; W tym cukry: 46.87 g; Błonnik pok.: 44.35 g; Sód: 3444.11 mg;	Wartość energetyczna: 2044.83 kcal; Białko ogółem: 73.16 g; Tłuszcz: 45.69 g; Kw. tł. nasy.: 21.94 g; Węglowodany ogółem: 353.67 g; W tym cukry: 76.54 g; Błonnik pok.: 25.31 g; Sód: 2511.98 mg;		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA ŁÓDŹ

		ŁÓDŹ- ZW D01 Podstawowa	ŁÓDŹ- ZW D02 Łatwo strawna	ŁÓDŹ- ZW P02 Łatwo strawna dziecięca	ŁÓDŹ- ZW D07 Bogatobiałkowa	ŁÓDŹ- ZW D03 Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	ŁÓDŹ- ZW Oszczędzająca
2026-05-24 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 z papryką 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>) Twarożek 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>) Twarożek 80 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>) Twarożek z papryką 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z papryką 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	II ŚN					Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Kotlet schabowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Mizeria 75 g (<u>MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Bitka schabowa duszona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Szpinak gotowany z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Bitka schabowa duszona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pulpet wieprzowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Szpinak gotowany z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Bitka schabowa duszona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mizeria 75 g (<u>MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Bitka schabowa duszona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Szpinak gotowany z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Bitka schabowa duszona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Szpinak gotowany z olejem* 75 g (<u>GLU PSZ.</u>)
	PD			Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Kolejca	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykami drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykami drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykami drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykami drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykami drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml	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 indykami drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml
PN		Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g			Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 20 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 5 g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g	
	Wartość energetyczna: 2300.92 kcal; Białko ogółem: 80.22 g; Tłuszcz: 51.27 g; Kw. tł. nasy.: 21.84 g; Węglowodany ogółem: 405.98 g; W tym cukry: 48.59 g; Błonnik pok.: 25.59 g; Sód: 3586.42 mg;	Wartość energetyczna: 2121.92 kcal; Białko ogółem: 88.11 g; Tłuszcz: 48.46 g; Kw. tł. nasy.: 21.21 g; Węglowodany ogółem: 345.59 g; W tym cukry: 50.62 g; Błonnik pok.: 15.77 g; Sód: 2384.54 mg;	Wartość energetyczna: 2211.92 kcal; Białko ogółem: 90.91 g; Tłuszcz: 50.96 g; Kw. tł. nasy.: 22.09 g; Węglowodany ogółem: 359.59 g; W tym cukry: 56.12 g; Błonnik pok.: 16.07 g; Sód: 2431.54 mg;	Wartość energetyczna: 2437.38 kcal; Białko ogółem: 113.48 g; Tłuszcz: 62.31 g; Kw. tł. nasy.: 25.72 g; Węglowodany ogółem: 368.16 g; W tym cukry: 56.91 g; Błonnik pok.: 16.28 g; Sód: 2756.27 mg;	Wartość energetyczna: 2177.08 kcal; Białko ogółem: 97.92 g; Tłuszcz: 54.42 g; Kw. tł. nasy.: 24.57 g; Węglowodany ogółem: 365.12 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 33.90 g; Sód: 3490.67 mg;	Wartość energetyczna: 2275.97 kcal; Białko ogółem: 88.49 g; Tłuszcz: 47.33 g; Kw. tł. nasy.: 19.97 g; Węglowodany ogółem: 387.33 g; W tym cukry: 84.19 g; Błonnik pok.: 17.95 g; Sód: 2636.65 mg;	

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sód - Sód,
Sól - Sól,
Potas - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
Ener z B. - % energii z białka,
Ener. z T. - % energii z tłuszczu,
Ener z W. - % energii z węglowodanów,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,